
Alimentación y Nutrición de
Mujeres y Niños en el Mundo Romano
(siglos II a.n.e.- III n.e.)
Marianela Spicoli

Imagen de portada: fotografía tomada por la autora cerca del Templo de Vesta en el Foro Romano, 2018. Edición por Fiamma Spicoli.

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA
Facultad de Humanidades y Cs. de la Educación
Doctorado en Historia

Alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano (siglos II a.n.e. - III n.e.)

Marianela Ivana Spicoli

Tesis para optar por el grado de Doctora en Historia

Directores: Dr. Carlos García Mac Gaw (UNLP) - Dr. Paul Erdkamp (VUB)

La Plata, abril de 2023

VRIJE UNIVERSITEIT BRUSSEL

EDUCACIÓN PÚBLICA Y GRATUITA

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA PLATA

Agradecimientos:

Esta tesis es el resultado de varios años de trabajo y es un placer poder agradecer a todas las personas que me ayudaron en el camino.

Quisiera agradecer especialmente, a mis compañeros de vida, Emilio y Pimienta, quienes estuvieron a mi lado y me dieron el amor y el apoyo que necesité a lo largo de todo el proceso. Incluso en los momentos más difíciles.

Aprovecho esta ocasión para reconocer que esta investigación fue posible gracias a los esfuerzos mancomunados de la Universidad Nacional de La Plata y la Vrije Universiteit Brussels. Es un honor para mí ser parte de ambas instituciones.

Agradezco enormemente a mis directores, el Dr. Paul Erdkamp, quien amablemente respondió a un mail desesperado, allá por el 2017, y me ofreció su ayuda para llevar adelante una tesis sobre alimentación en Roma, y me ha acompañado y guiado desde entonces; y al Dr. Carlos García Mac Gaw, por su lectura atenta y por alentarme a expresar mis ideas. También, me gustaría agradecer al Departamento de Historia de la UNLP y a los trabajadores administrativos de ambas universidades que me ayudaron a resolver todas las cuestiones burocráticas (un reconocimiento especial a Hilde de la oficina del Joint PhD de la VUB).

He encontrado muchos colegas y amigos generosos a lo largo de estos años: agradezco a Sabrina (mi hermana académica), Ampi, Sole, Pepa y Ayelén (mis brujas), Manuela y Pedro, Belén, Jor, Marina, Mariano, Pablo, Facundo, Malena, Federico, Julia, Catalina, Guille (el pelado), Erick, Jorja y la veneno; y a todas las personas con las que compartimos el camino. Si alguna he olvidado es tan sólo un descuido. Ustedes saben quiénes son.

Quisiera agradecer especialmente a mi familia (original) por soportarme en todo momento: Dora, Delia, Fabiana (mamita), Andresito, Carla, Fiamma, Nina, Martina, Francisco, Julia, Carolina Abel, Patricia, Elisa, Jeremías; y a mi familia *política*, en el mejor sentido de la palabra: Chabela (mi mamá académica), Ana Laura, Juliana, Ana Julia, Felipe, Valerio y Ciruela.

Quisiera extender mi gratitud a mi familia mallorquina: Sole, Maite, Eliseo y Uma; y a mi familia belga: Vinciane, Emmanuelle y Étienne.

Por último, pero no por ello menos importante, a mis correctoras, Cecilia y Sol, que me ofrecieron mucho más que sus conocimientos.

Marianela Spicoli.

a mis abuelas,
Dora y Delia.

Resumen:

Esta tesis aporta una interpretación alternativa a la del análisis histórico actual sobre la alimentación y la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano (II a.n.e.-III n.e.). En lugar del enfoque tradicional centrado en los determinantes sociales y culturales, la nutrición se considera aquí como el resultado de la interacción entre los distintos elementos que operaban en la vida cotidiana de las mujeres y los niños: las actividades que realizaban, las necesidades y los desafíos de sus ciclos vitales específicos, y las ideas presentes en la sociedad, que subyacían a las interacciones humanas con la naturaleza en relación con el fin de asegurar la alimentación y la salud. Se argumenta que tanto las mujeres como los niños participaron activamente en todos los procesos relacionados con la alimentación y la nutrición y que su trabajo fue clave para asegurar la provisión de alimentos de su grupo.
Partiendo de un marco teórico inspirado en una definición tridimensional de la nutrición, esta tesis ofrece una visión integral de los elementos biológicos, sociales y ambientales que influyeron en la alimentación y la nutrición en la Antigüedad. El análisis de las fuentes escritas y bioarqueológicas antiguas contribuye a poner de relieve las múltiples formas en que mujeres y niños participaron en los procesos relacionados con su propia alimentación y nutrición. El marco teórico propuesto se articula con el análisis de las fuentes antiguas con el objetivo de ofrecer un nuevo enfoque sobre el tema.

Abstract:

This thesis provides an alternative interpretation to that of the current historical analysis about food and nutrition of women and children in the Roman world (II B.C.E - III A.D.). Instead of the traditional focus on social and cultural determinants, nutrition is here considered as the result of the interplay among different elements that operated in the everyday lives of women and children: the activities they performed, the needs and challenges of their specific life cycles, and the socially available ideas underlying human interactions with nature for food and health purposes. It is argued that both women and children were active participants in all the processes related to food and nutrition and that their work was key to the food security of their group.
Based on a theoretical framework inspired by a tridimensional definition of nutrition, this thesis offers an integral view of the biological, social and environmental elements that influenced food and nutrition in ancient times. The analysis of ancient written and bioarchaeological sources contributes to highlighting the multiple ways in which women and children took part in the processes involved with their own food and nutrition. The proposed theoretical framework is articulated with the analysis of the ancient sources with the aim of providing a new approach to the subject.

Índice

Referencias cronológicas....10
Referencias de medidas: 10
Siglas de instituciones internacionales de salud: 10
Abreviaciones: 10
Traducción al español y uso del masculino como género no marcado:....11
Prólogo a quien lea....12
Introducción....13
Capítulo 1: Estado de la cuestión y definiciones metodológicas 15
Introducción 15
1.1. Estado del arte sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en la Antigüedad....15
1. 2. Definiciones metodológicas....49
1.3. Fuentes....57
1.4. Objetivos y estructura de la tesis....61
Las Tres Dimensiones: Aspectos biológicos, socioculturales y ambientales (pasado y presente)....65
Introducción 65
Capítulo 2. La dimensión biológica 67
Introducción 67
2.1. Fisiología y nutrición femeninas 67
2.2. Fisiología infantil 80
2.3. Salud y nutrición....84
2.4. Malnutrición, organizaciones internacionales y la sobrerrepresentación de mujeres y niños 90
2.5 La salud y la nutrición de las mujeres y los niños y la influencia de las concepciones (erróneas) actuales 96
Capítulo 3: La dimensión social 99
Introducción 99
3.1. Sistemas alimentarios 99
3.2. Una visión general de los sistemas alimentarios romanos....101
3.3. Elementos característicos de los sistemas alimentarios romanos 105
3.4: Sistemas alimentarios y seguridad alimentaria....113
3.5. Seguridad alimentaria de mujeres y niños (pasado y presente) 117
Capítulo 4: La dimensión medioambiental 122
Introducción 122
4.1. El ambiente Mediterráneo Antiguo: Geografía y clima....123
4.2. Alimentación, economía y medio ambiente 127
4.3. Ambiente, Salud y Nutrición 132
4.4. El “Trilema de la dieta, la salud y el medio ambiente”....135
Capítulo 5: Nutrición, alimentación, mujeres y niños en el discurso médico romano....138

Introducción 138
5.1. Medicina romana, salud y alimentación 139
5.2. El discurso médico: nutrición y generación 147
5.3. La fisiología de mujeres y niños y su relación con la alimentación y la nutrición 157
5.4. Conclusiones 174
Capítulo 6: El trabajo de mujeres y niños con los alimentos 177
Introducción 177
6.1. El trabajo de las mujeres: Producción, reproducción y trabajo doméstico 180
6.2. El trabajo de las mujeres y los niños en los sistemas alimentarios 187
6.3. Trabajo doméstico y de mantenimiento 204
6.4. Trabajo reproductivo 208
6.5. Conclusiones: Reproducir la sociedad 211
Capítulo 7: Alimentos, medicina, salud y ambiente 215
Introducción 215
7.1. El continuo alimento-medicina 217
7.2. El uso multicontextual de los productos naturales y las relaciones entre los humanos y la naturaleza 221
7.3. Alimentos y medicamentos para mujeres y niños: Cuatro casos ejemplares 237
7.4. Conclusiones 249
Capítulo 8: La contribución de los estudios de isótopos estables para el análisis de la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano 251
Introducción 251
8.1. Estudios de isótopos estables 252
8.2. Los estudios de isótopos estables y la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano 254
8.3. La primera capa: las variables 257
8.4. La segunda capa: la interpretación de los datos isotópicos 262
8.5. La tercera capa: Interpretaciones sociales e históricas. El impacto del argumento del estatus-poder-acceso 265
8.6. Conclusiones 268
Resumen y conclusiones: Las tres dimensiones de la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano. 270
La visión predominante 270
La dimensión biológica 272
La dimensión social 281
La dimensión medioambiental 287
Una interpretación alternativa 291
Conclusión 303
Bibliografía 306

Ediciones y traducciones de las Fuentes Antiguas 306
Literatura secundaria 307
Diccionarios 337
Publiaciones de organizaciones internacionales: 338
Apéndice 339

Referencias cronológicas

a.n.e.: antes de nuestra era
n.e.: nuestra era

Las referencias estacionales corresponden al hemisferio norte.

Referencias de medidas:

acetabulum =68 mL
cyathus = 45 mL

Siglas de instituciones internacionales de salud:

OMS	Organización Mundial de la Salud
FAO	Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura
USDA	United States Department of Agriculture
CDC	Centers for Disease Control and Prevention

Abreviaciones:

Corpus Inscriptionum Latinarum	*CIL*
Digest	*Dig.*
Cato, *De Agri Cultura*	*Agr.*
Varro, *De Re Rustica*	Varr. *RR*
Columella, *De Re Rustica*	Col. *RR*
Soranus, *Gynecologia*	*Gyn.*
Galen, *On the Natural Faculties*	*Nat. Fac.*
Galen, *On the Properties of Foodstuffs*	*Alim. Fac.*
Galen, *On the Usefulness of the Parts of the Body*	*UP*
Celsus, *De Medicina*	*Med.*
Pliny, *Naturalis Historia*	*NH*
Ovid*, Metamorphoses*	*Met.*
Aullus Gellius, *Attic Nights*	*Noctes Atticae*
pseudo-Virgilio, *Moretum*	*Mor.*

Las referencias a las fuentes antiguas indican el libro en números romanos y los capítulos en números arábigos. Excepto por la obra de Plinio, para la que se indica el número de libro, en primer lugar, y luego el capítulo, ambos en números arábigos. Las referencias a las obras de Galeno indican con la abreviatura del nombre del tratado y el número de página en números arábigos siguiendo la paginación convencional de la edición de sus obras por Kühn (1821).

Lista de figuras:

Figura 1: *Las hormonas en los ciclos menstrual y ovárico*
Figura 2: *Marco conceptual de los sistemas alimentarios*
Figura 3: *Epitafio de Abudia Megiste: negotiatrici frumentariae e leguminariae*
Figura 4: *Epitafio de Aurelia Cai: piscatrix*
Figura 5: *Relieve de una vendedora de vegetales y aves de corral.*
Figura 6: *Relieve de una mujer en un puesto de venta de vegetales.*
Figura 7: *Epitafio de Sentia Amarantis. II-III n.e. Emerita*
Figura 8: *Organización de la Naturalis Historia de Plinio*

Traducción al español y uso del masculino como género no marcado:

Excepto en aquellos pasajes donde se indica la versión de la traducción al español utilizada, todas las traducciones al español de obras en otras lenguas me pertenecen.
Esta tesis se dedica a reflexionar sobre mujeres y niñes, por lo tanto el uso estándar del masculino como género no marcado, sobre todo en el español, ha representado un problema y una limitación. Si bien los contenidos de este trabajo han sido pensados en términos inclusivos, puesto que para la escritura académica el lenguaje inclusivo aún no es ampliamente utilizado, y para no extrañar a les lectores, he decidido mantener el universal masculino. No obstante esto, invito a que piensen en una “e” detrás de cada “o”.

Prólogo a quien lea

> "Cada uno de nosotros puede hacer la prueba por sí mismo. No hay nadie que no encuentre que por el alimento puede ser suavizada su cólera, pena, tristeza, y cada emoción violenta de la mente. En consecuencia, debo tomar nota no sólo de las cosas que curan nuestros cuerpos, sino también de las que curan nuestro carácter "
> (Plinio el Viejo NH, 22, 110)

Esta tesis pide ser leída con una mente abierta y una disposición amable. Sugiero acompañar la lectura con un tentempié. Como expresa Plinio en la cita, la comida puede suavizar toda emoción violenta de la mente y, puesto que pretendo contribuir a construir una perspectiva alternativa para reflexionar sobre la alimentación y la nutrición el pasado, me gustaría que consideraran las ideas expresadas en este texto con sustento en su cuerpo y un espíritu tranquilo.

Soy una investigadora del sur global (Argentina), por lo que también me gustaría señalar que este trabajo es un intento de establecer un diálogo entre diferentes regiones y tradiciones de conocimiento. Este proyecto es el resultado de un acuerdo entre mi universidad de origen, la Universidad de La Plata, y mi —ahora segunda universidad de origen— la Vrije Universiteit Brussels. El texto que están a punto de leer fue escrito originalmente en inglés y luego traducido a mi lengua materna, el español. Aunque esto ha añadido un grado más de dificultad a la redacción de la tesis, considero que es importante articular mis ideas de manera que puedan ser accesibles a un público más amplio. Así, espero poder contribuir a debates y discusiones en otras partes del mundo.

También considero importante señalar que el acceso a las fuentes antiguas y a la bibliografía secundaria dependió, en gran medida, de lo que se encuentra disponible en línea. En este sentido, refleja lo que pude conseguir con los limitados recursos de los que dispuse. Pero, al mismo tiempo, es el resultado de lo que los demás han compartido. Con esto quiero decir que, para poder entablar un diálogo, nuestras ideas tienen que ser accesibles. Los “paywalls” y las publicaciones pagas van en detrimento de la ciencia.

Dicho todo esto, les presento esta tesis.

Introducción

> "Creemos que el cuidado de nuestra vida es deber de otros, que otros se ocupan de ello siguiendo nuestras instrucciones, y que los médicos ya están provistos para nuestras necesidades (...) Además, la mayoría de la gente se ríe de mí por llevar a cabo investigaciones sobre estas cuestiones, y se me acusa de ocuparme de nimiedades. Sin embargo, es un gran consuelo para mí en mi vasto trabajo saber que también la Naturaleza, y no sólo yo, incurre en este desdén, pues demostraré que al menos no nos ha fallado, habiendo puesto remedios incluso en plantas que nos desagradan, viendo que ha dado propiedades curativas incluso a las que están armadas con espinas y pinches".
> (NH 22, 15)

Los análisis históricos sobre las mujeres y los niños en el mundo romano han interpretado tradicionalmente la posición social inferior de ambos grupos como determinante de su nutrición. Dada su posición subalterna en la sociedad, se argumentaba que recibían una parte menor de los alimentos, lo que conducía a un estado de malnutrición como consecuencia. Además, las interpretaciones fragmentarias sobre el trabajo obstaculizaron la posibilidad de evaluar el papel de las mujeres y los niños en la producción de alimentos. Como resultado, surgió una imagen de las mujeres y los niños como seres vulnerables, pasivos e impotentes.

Esta tesis pretende desenmarañar los diferentes hilos que contribuyen a crear esa imagen estática de las mujeres y los niños en relación con la alimentación y la nutrición, y aportar nuevos materiales para articular una visión alternativa. Sostengo que la nutrición no estaba determinada meramente por discursos y normas sociales operativas, sino que era el resultado de la combinación de aspectos biológicos, materiales y ambientales.

El mundo romano comprendía un amplio abanico de paisajes geográficos, ecológicos y sociales, pero, teniendo en cuenta la disponibilidad de fuentes, me centro en el contexto general del mundo cultural romano entre los siglos II a.C. y III d.C., que coincide con el periodo tardorrepublicano y el altoimperial.

La primera parte de la tesis está dedicada a proporcionar un marco teórico integrador para la realización de análisis históricos sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano, siguiendo las líneas de la definición tridimensional de nutrición ofrecida por la New Nutrition Science en 2005. Desde esta perspectiva, la nutrición se entiende en términos de las dimensiones biológica, social y medioambiental. De ahí que aporte la información necesaria para utilizar estas tres dimensiones en el contexto del pasado romano.

La segunda parte está dedicada al análisis de las fuentes escritas antiguas, donde ofrezco una lectura del material a contrapelo, prestando atención a los silencios, las omisiones y considerando el peso de las observaciones prescriptivas y morales de los autores. Además, en esta tesis abogo por considerar la relevancia del trabajo doméstico, de mantenimiento y reproductivo realizado mayoritariamente por

mujeres, para garantizar la seguridad alimentaria de todo el grupo. Además, incorporo análisis bioarqueológicos actuales sobre isótopos estables para reflexionar sobre la forma en que dialogan con las narrativas históricas.

Como conclusión ofrezco algunas reflexiones sobre cómo los elementos surgidos de la articulación entre el marco teórico propuesto y la reinterpretación de las fuentes permiten tejer nuevas narrativas sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños.

Capítulo 1: Estado de la cuestión y definiciones metodológicas

Introducción

El presente capítulo se divide en cuatro secciones. El objetivo de la primera sección es ofrecer una visión general del desarrollo de los diversos campos de estudio relacionados con el tema de investigación, a saber, la alimentación en la Antigüedad Clásica, el género, la infancia y nutrición. Luego, analizamos la bibliografía existente sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en la Antigüedad clásica, haciendo foco en el mundo romano. El propósito es delinear la imagen resultante, así como también analizar sus supuestos subyacentes y subrayar sus inconsistencias. Por último, ofrecemos un breve análisis de las interpretaciones actuales sobre la alimentación de mujeres y niños en el marco de los estudios sobre demografía en época romana.

En la segunda sección, definimos los criterios con los que analizamos las fuentes seleccionadas. Para ello, proponemos utilizar la definición tridimensional de nutrición, ya que permite un enfoque holístico de la nutrición humana. A su vez, para el abordaje de las menciones a mujeres y niños en las fuentes, nos valemos de las herramientas metodológicas de los estudios de género que permiten resignificar las lecturas previas poniendo énfasis en los sesgos masculinos propios de las fuentes antiguas. Por su parte, las reflexiones ofrecidas desde el feminismo marxista resultan pertinentes para dar cuenta de la relevancia del trabajo de mujeres y niños en todas las fases del proceso de producción de alimentos, como también para destacar la importancia del trabajo doméstico y de mantenimiento. La tercera y cuarta sección de este capítulo ofrecen una visión general de las fuentes antiguas consultadas, y la definición de los objetivos y de la estructura de la presente tesis, respectivamente.

1.1. Estado del arte sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en la Antigüedad

1.1.1. Estudios sobre alimentación en la Antigüedad

Los estudios sobre alimentación en la Antigüedad han experimentado un gran desarrollo durante la segunda mitad del siglo XX. Tradicionalmente las investigaciones sobre alimentación se basaban en la información proporcionada por las fuentes escritas disponibles. Los estudios sobre aspectos concretos como los precios del trigo (Jasny, 1944) y los molinos de grano (Moritz, 1958), así como también los que se realizaban desde perspectivas más generales —incluso aquellos que incluían la información provista por la arqueología y otras especialidades como la zooarqueología y la arqueobotánica—, seguían basándose principalmente en las fuentes literarias producidas por las élites (Andre, 1961; Brothwell & Brothwell, 1969).

Maurice Aymard exploró una perspectiva nutricional en su trabajo de 1975, aunque su análisis no se centraba en el período de la Antigüedad clásica. Su objetivo era analizar el consumo de nutrientes (proteínas, hidratos de carbono, grasas, vitaminas y minerales) en los distintos grupos sociales. Consideró la utilidad de los cálculos modernos sobre las necesidades nutricionales mínimas proporcionados por organizaciones internacionales (FAO y OMS) como puntos de referencia para el estudio del *régime alimentaire.*[1] Esta perspectiva se centró principalmente en la disponibilidad, la distribución y el consumo de alimentos. Específicamente relativos al período de la Antigüedad Clásica, los principales abordajes desde este enfoque han sido reflejados en los trabajos de White (1976), Frayn (1979) y Foxhall & Forbes (1982).

La obra de Peter Garnsey ha influido notablemente en la investigación histórica de las décadas siguientes en relación a la alimentación en la Antigüedad clásica. En *Famine and Food Supply in the Greco-Roman World* (1988), el autor exploró los circuitos de producción y la organización institucional del abastecimiento de grano tanto en el mundo griego como en el romano. En ese marco, diferenció las hambrunas de la escasez de alimentos y analizó el concepto de *food entitlement* propuesto por Amartya Sen (1982, 1987a). Unos años más tarde, el autor abordó distintos aspectos de la alimentación en una serie de ensayos recogidos en *Cities, Peasants and Food in Classical Antiquity* (1998), tales como la dieta de la masa de la población romana, la crianza de los niños, las hambrunas y los usos y significados construidos alrededor de determinados alimentos, como por ejemplo los porotos. En una obra posterior, titulada *Food and Society in Classical Antiquity*, Garnsey (1999) integró diversos enfoques relacionados con el estudio de la alimentación en una interpretación acerca de la sociedad en la Antigüedad clásica. Por un lado, el trabajo de Fogel (1986) sobre las consecuencias de la deprivación de alimentos en la salud ha influido enormemente en el enfoque de Garnsey, lo que se torna evidente en su abordaje del abastecimiento de alimentos y en la inclusión de análisis patológicos y nutricionales. Por otra parte, Garnsey incluyó interpretaciones acerca de la alimentación producidas desde el campo de la antropología, relativas a la religión y la identidad. Por lo tanto, en su trabajo se reconocen tanto los aspectos materiales como también los aspectos simbólicos de la alimentación. Volveremos luego sobre los aportes de Garnsey en el marco del análisis de los estudios sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en la Antigüedad (véase el apartado 1.6).

Debido al creciente interés por la antropología y la etnografía dentro de las ciencias sociales a partir de los años 70, las reflexiones sobre la alimentación y la sociedad exploraron nuevos horizontes, tales como la construcción de la identidad a través de la comida, la simbología implicada en la gestualidad y en la organización espacial en el contexto de la convivialidad, las reglas, convenciones y comportamientos en las comidas compartidas, y las consideraciones acerca de los alimentos cocidos

[1] En los términos de Aymard, el régimen alimentario (*régime alimentaire*) es una estructura que integra los diferentes componentes de la nutrición humana. Esta idea se encuentra estrechamente relacionada con las ideas de Braudel respecto de la larga duración (*longue durée)* de las estructuras culturales. De manera similar, el régimen alimentario evoluciona lentamente a través del tiempo, mostrando escasa elasticidad (Aymard, 1975, p. 434).

y crudos y su relación con ideas sobre la “civilización” (Veyne, 1976; Murray, 1990; Gowers, 1993; Slater, 1991; Donahue, 2004; Nadeau, 2010).

En las últimas décadas se han desarrollado numerosas especialidades, en su mayoría subdisciplinas de la arqueología, como la arqueología del paisaje, la osteoarqueología, la zooarqueología y la arqueobotánica (Cool, 2006; Witcher, 2006; Goodchild, 2007, McKinnon, 2004; Colominas et al., 2014; Robinson & Rowan, 2015). La investigación osteológica, en particular, ha ofrecido formas de recuperar información acerca de algunos componentes de la dieta de poblaciones arqueológicas. Este enfoque ha permitido comparar aspectos de la dieta y la nutrición de individuos reales que vivieron en el pasado —lo que contribuye a trascender el sesgo cultural de las fuentes escritas— teniendo en consideración aspectos tales como el sexo y la edad (Prowse, 2001, 2011; Prowse, et al., 2005, 2008; Crowe, 2010; Gowland & Redfern, 2010, 2011; Killgrove & Tykot, 2013; Killgrove, 2014). Si bien es necesario tener en cuenta las limitaciones de este tipo de estudios para arribar a conclusiones definitivas sobre las prácticas dietéticas y el estado nutricional de los individuos que pertenecían a la sociedad romana (Killgrove, 2019), los estudios osteológicos proporcionan información útil para cuestionar las ideas preconcebidas sobre la alimentación que resultan de los sesgos propios de las fuentes antiguas, como así también los de las perspectivas de los estudiosos en la actualidad. Adicionalmente, nos permiten comprender mejor procesos bioculturales complejos tales como la alimentación infantil y las prácticas de destete (Killgrove, 2005; Redfern & DeWitte, 2011; Powell, 2014; Powell et al., 2014b).

Como puede apreciarse, en los estudios sobre alimentación en la Antigüedad, la interdisciplinariedad es la regla. En los últimos años han salido a la luz trabajos en los que se exploran todas las dimensiones de la alimentación (Wilkins & Nadeau, 2015; Holleran & Erdkamp, 2019). El objetivo principal de estas recopilaciones es reunir distintas perspectivas en el marco de una exploración holística, con el propósito de comprender más cabalmente la alimentación en el mundo romano.

1.1.2. Principales tópicos en la investigación sobre la alimentación en la Antigüedad

La evolución de los estudios sobre alimentación referida en el apartado anterior ha estado marcada por los cambios en las formas de pensar la alimentación y la sociedad. Un tema recurrente en estos estudios es el papel desempeñado por determinados alimentos en la vida de las poblaciones antiguas. La tríada mediterránea, compuesta por cereales, vino y aceite de oliva, es considerada la base de la dieta humana en la Antigüedad (Garnsey, 1999, p. 13). Esto ha llevado a los investigadores a centrarse en estos artículos y a destacar el papel de los cereales como el alimento básico de las poblaciones antiguas. El papel social e institucional que desempeñaron los cereales ha sido ampliamente explorado (White, 1970; Frayn, 1979; Foxhall & Forbes, 1982; Sallares, 1991; Garnsey, 1999; Erdkamp, 2005; Wilkins & Hill, 2009; Heinrich, 2019). Frente a la imagen propuesta por Garnsey de una dieta basada principalmente en el consumo de granos, nutricionalmente deficiente y responsable de causar un estado de malnutrición crónica en la Antigüedad (Garnsey, 1999, p. 2), es importante tener en cuenta la diversificación en el cultivo de cereales y la existencia de

un suministro regular de granos en las sociedades de la Antigüedad (Horden y Purcell, 2000),[2] la generalización de varias subespecies en la categoría de *cereales* en las referencias modernas sobre el tema (Heinrich, 2019), y la variedad de formas de procesar y preparar los granos en combinación con otros alimentos.

El rol de la carne es otra de las cuestiones que se plantean al tratar de la alimentación y la nutrición en la Antigüedad. En la actualidad se encuentra ampliamente aceptada la idea de que, si bien los cereales son un alimento básico, la carne y los subproductos animales —es decir, la leche, los huevos, etc. — son importantes fuentes de proteínas, esenciales para la nutrición humana. No obstante esto, la cría de animales tenía fines muy variados y la importancia económica y social del uso y consumo de los subproductos ha sido ampliamente debatida. Corbier (1989) ha señalado que el consumo de carne oscilaba entre lo sagrado y lo profano, lo primero en el contexto de los sacrificios religiosos y lo segundo en las prácticas domésticas cotidianas. Debido a los costes de su producción, la carne se ha considerada un artículo caro, especialmente la carne roja (Garnsey, 1999, p. 124); sin embargo, se ha reconocido el consumo ocasional de otras carnes como la de los animales de caza, las aves de corral y el pescado, así como también de otros subproductos de origen animal en la mayor parte de las poblaciones antiguas (Mackinnon, 2019). Las técnicas de cocción, procesamiento y conservación son fundamentales a la hora de considerar el consumo animal, así como también las variables geográficas y culturales.[3] El consumo de carne ha sido interpretado por Jongman como una medida económica del nivel de vida en el mundo romano. Según él, “la carne es un indicador adecuado de la prosperidad intermedia”, dada la inelasticidad de su consumo, al ser un artículo demasiado caro para los pobres, aunque accesible para quienes vivían por encima de la subsistencia (Jongman, 2007, p.613).

El aceite de oliva, otro componente de la tríada mediterránea, también se ha analizado desde la perspectiva de su contribución nutricional a la dieta antigua y de su valor económico y simbólico (Amouretti, 1986; Mattingly, 1988; Hobson, 2015; Rowan, 2019). Las consideraciones geográficas y climáticas son importantes, ya que el olivo no se puede cultivar más allá de la zona costera mediterránea. Sin embargo, el desarrollo de una amplia red comercial durante el período romano hizo que el aceite de oliva estuviera disponible en un área más amplia. El valor cultural e institucional del aceite de oliva han sido reconocidos por Rowan (2019), entre otros elementos, a partir de su inclusión en la *annona* por parte de Septimio Severo, y la presencia de ánforas de aceite de oliva en yacimientos arqueológicos militares y urbanos en el centro y norte de Europa.

---

[2] "La regularidad del suministro de cereales a lo largo de nuestro período ha estado asegurada no por la uniformidad en el proceso productivo, sino por la gestión de la recolección, el almacenamiento y la redistribución. En la producción independiente, la primera regla ha sido la que ya hemos visto tan ampliamente aplicada: diversificar" (Horden y Purcell, 2000, p. 202).

[3] Como afirma Mackinnon (2019), existe una correlación entre el consumo de carne de cerdo y la romanización —o aculturación a través de la imposición del poder romano—, visible, principalmente en torno a los centros urbanos.

Por lo general, este tipo de estudios centran su atención en alimentos específicos y analizan en detalle diferentes aspectos de los mismos. Dado que estos productos son reconocidos como parte de la dieta básica romana y se presume que se consumían en grandes cantidades, se cree que contribuyeron a la nutrición humana aportando la mayor parte de los macro y micronutrientes. Así pues, se entiende que desempeñaron un papel importante en la nutrición y en el estado de salud de la población. Sin embargo, las dietas humanas precisan incorporar diferentes alimentos para garantizar un suministro adecuado de los diversos nutrientes necesarios para llevar a cabo los múltiples procesos fisiológicos. Por lo tanto, al centrarse en un alimento concreto estos enfoques no permiten considerar la amplia gama de alimentos que formaban parte de la dieta de los antiguos romanos.

1.1.3. El género en la Antigüedad clásica

Hasta la década de 1970, el estudio de las mujeres en la Antigüedad clásica estuvo fuertemente influenciado por las perspectivas de los historiadores del siglo XIX. Josine Blok (1987) identificó las nociones compartidas entre el positivismo y el idealismo —las dos corrientes que caracterizaron las investigaciones académicas del siglo XIX— que concebían a la mujer como una categoría al margen de las principales áreas de interés sobre el pasado aislando, de esta manera, a las mujeres de la historia general.[4] El libro de Sarah Pomeroy *Goddesses, Whores, Wives and Slaves* (1975) cambió el paradigma al plantear la cuestión de las mujeres como individuos históricos.[5] Pomeroy contextualizó su interés por las mujeres en el ámbito más amplio de la historia social y subrayó el hecho de que lo que se conocía como historia antigua era el estudio de las clases dirigentes, los ricos, la élite. En este sentido, el enfoque desde la perspectiva de la historia social permitía arrojar algo de luz sobre aquellos que habían quedado al margen de la historia política y militar; es decir, la mayoría de la población en la Antigüedad. El interés por los grupos no pertenecientes a la élite impuso la reflexión sobre la naturaleza de las fuentes escritas antiguas, producidas principalmente por individuos de las

[4] Desde el punto de vista positivista, el material de las fuentes escritas se analizaba mediante los métodos de la filología para ser posteriormente interpretado y explicado. Esto, según Blok, abría la puerta a que los valores *a priori* se inmiscuyeran en la explicación histórica, a pesar del interés manifiesto de los estudiosos por alcanzar el mayor nivel posible de objetividad. Desde esta perspectiva, las mujeres eran pensadas como un tipo uniforme, no diversificado, reducido únicamente a su género [sic]. Las normas jurídicas y sociales que determinaban la posición o el lugar de la mujer en la Antigüedad eran la cuestión principal objeto de estudio. Esto se exploró desde el punto de vista de la dicotomía moderna entre las esferas pública y privada, con el par relacionado de naturaleza y cultura. La perspectiva idealista, por su parte, entendía que la diferencia sexual era resultado de una esencia espiritual y cultural distintiva. Según Blok, "el idealismo radicalizó las asimetrías de género e hizo un problema existencial de la relación de la sociedad y la naturaleza dentro de cada género" (1987, p. 26). Así, las mujeres fueron definidas casi exclusivamente como no sociales, y el vínculo con la naturaleza se amplió y enriqueció con una serie de significados contradictorios como "sagrado", "virginal", "misterioso", "sensual", "nutritivo", "amenazador", etc. Blok reconoce que ambas tradiciones científicas comparten una definición de género. A pesar de sus diferentes métodos de análisis, esto se tradujo en la percepción de la mujer como algo aislado de las tendencias generales de la historia, por lo que merecía un tratamiento separado y particular.

[5] La autora afirma al principio del libro: "Este libro se concibió cuando me pregunté qué hacían las mujeres mientras los hombres estaban activos en todas las áreas tradicionalmente enfatizadas por los eruditos clásicos. La abrumadora preferencia antigua y moderna por la historia política y militar, además de la fascinación actual por la historia intelectual, ha oscurecido el registro de aquellas personas que fueron excluidas por sexo o clase de la participación en la vida política o intelectual de sus sociedades" (Pomeroy, 1975, p. XIV).

clases altas, que raramente incluían a los grupos subalternos o, cuando lo hacían, hablaban de ellos a través de su propia perspectiva elitista y generalmente masculina. Susan Treggiari (1976, 1979) emprendió el estudio de las mujeres trabajadoras pertenecientes a las clases bajas a través de inscripciones funerarias, iluminando nuevos aspectos de la vida de las mujeres en la Antigüedad.

Otro hito en los estudios sobre las mujeres en la Antigüedad es la obra de Gerda Lerner. Aunque la historia antigua no era su especialidad, su obra sigue siendo muy valorada por su reconocimiento de las mujeres como protagonistas y agentes centrales en la historia y por la denuncia que formula respecto de los puntos de vista androcéntricos imperantes en el relato histórico tradicional.[6] Estas posturas, esbozadas en su artículo "Placing Women in History: Definitions and Challenges" (1975) se pusieron en práctica en su contribución más conocida, *The Creation of Patriarchy* (1986). En este libro, y desde un punto de vista abiertamente feminista, la autora se propuso rastrear el origen del sistema patriarcal como una forma de desentrañar el tejido que ha sostenido la opresión de las mujeres desde la antigua Mesopotamia hasta nuestros días.

El concepto de *género* como herramienta de reflexión histórica presentado por Joan Wallach-Scott (1986, 1988) permitió problematizar, desde la investigación sobre las mujeres, no sólo su lugar en la historia, sino también en la dinámica social más amplia. Por *género* la autora entiende la manera en que cada sociedad da sentido a las diferencias corporales y las consecuencias de ello en la organización social.[7] Para el estudio de la historia antigua clásica más concretamente, el impacto del *género* significó reconocer el sesgo elitista y masculino de las fuentes, y la consecuente necesidad de reinterpretar esos discursos no como reflejos de la realidad de las mujeres, sino como construcciones culturales situadas. En este marco, el reto consiste en buscar las voces de las mujeres en los intersticios. En los años siguientes, los estudios sobre la mujer en la Antigüedad clásica trataron de restituir a las mujeres como miembros activos de sus comunidades y explorar sus acciones en las esferas política, económica, institucional y religiosa, además de tratar los temas habituales del matrimonio, la maternidad y la domesticidad (Treggiari, 1982; Mossé, 1983; Fantham, et al., 1995; Bauman, 2002).

El libro *Feminist Theory and the Classics* (1993), editado por Amy Richlin y Nancy Sorkin Rabinowitz, representa otro hito en el desarrollo de este campo. En la introducción, Sorkin Rabinowitz denuncia

---

[6] "Hombres y mujeres viven en un escenario, en el que representan los papeles que les han sido asignados, iguales en importancia. La obra no puede continuar sin ambos actores. Ninguno de ellos «contribuye» más o menos al conjunto; ninguno es marginal o prescindible. Pero la escenografía está concebida, pintada, definida por hombres. Los hombres han escrito la obra, han dirigido el espectáculo, han interpretado los significados de la acción. Se han asignado a sí mismos los papeles más interesantes, los más heroicos, dando a las mujeres los papeles secundarios. Las mujeres reclaman la igualdad en la asignación de papeles, pero las cualificaciones que deben tener para acceder a ello, de nuevo, las establecen los hombres (...). Ahora sabemos que el hombre no es la medida de lo humano, sino los hombres y las mujeres. El hombre no es el centro del mundo, sino el hombre y la mujer (...)". (Lerner, 1975, pp.13-14).

[7] Asimismo, la influyente obra de Foucault (1985, 1988) *La historia de la sexualidad* -especialmente la traducción al inglés de los volúmenes II y III- tuvo un gran impacto en el estudio de las mujeres en la historia clásica antigua. Sin embargo, su obra ha sido considerada como "problemáticamente centrada en el hombre (varón) y en el individuo" (Masterson, Rabinowitz et al., 2018, p. 4).

que la masculinidad de los estudios Clásicos ha pasado por universal, y que hay un doble sesgo a considerar: el de los autores antiguos (en su mayoría varones), que seguían siendo las fuentes autorizadas de información, y el de los eruditos varones del siglo XIX, que configuraron los términos modernos de la disciplina histórica. En esta obra, la interseccionalidad y las aportaciones del feminismo negro y nativo —americano, en este caso— aplicadas al estudio de la cultura clásica fueron reveladoras de las limitaciones de las perspectivas del feminismo blanco, heterosexista y clasista en el estudio de la antigüedad clásica.

Aunque no refiere específicamente al período analizado, el libro de Judith Butler *Gender Trouble* (1990) cambió notablemente las bases del pensamiento feminista y, en consecuencia, las de los estudios sobre las mujeres y el género en la historia. La intención de la autora fue cuestionar la idea de un sexo determinado frente al concepto género entendido como culturalmente constituido —y su asociación directa con la dicotomía naturaleza/cultura—.[8] Al plantear la cuestión de cómo se determinan el sexo y/o el género, la autora propone que, debido a que las definiciones de sexo —basadas en explicaciones biológicas sobre la naturaleza— se construyen discursivamente, el género y el sexo no son opuestos, sino dos caras de un mismo proceso de significación cultural:

> En ese caso no tendría sentido definir el género como la interpretación cultural del sexo, si éste es ya de por sí una categoría dotada de género. No debe ser visto únicamente como la inscripción cultural del significado en un sexo predeterminado (concepto jurídico), sino que también debe indicar el aparato mismo de producción mediante el cual de determinan los sexos en sí. Como consecuencia, el género no es a la cultura lo que el sexo es a la naturaleza; el género también es el medio discursivo/cultural a través del cual la "naturaleza sexuada" o "un sexo natural" se forma y establece como "prediscursivo", anterior a la cultura, una superficie políticamente neutral sobre la cual actúa la cultura. (Butler, 1990/2007 p. 55-56)

En las últimas décadas, la reflexión sobre las mujeres en la historia antigua se ha profundizado en torno a nuevos ejes. A los aspectos previamente abordados, tales como la relación entre la mujer y el derecho (Gardner, 1986; Gardner & Wiedemann, 1991; Evan Grubbs, 2002), la política (Bauman, 2002), la familia (Dixon, 1992; Treggiari, 2007) y la economía (Berg, 2016; VanderPloeg, 2016), se sumaron nuevas líneas de investigación centradas en el cuerpo femenino, la maternidad y la sexualidad (Hallet & Skinner; 1997; Dixon, 2003, 2014; McClure, 2008; Masterson, Rabinowitz et al.,

[8] "¿Podemos hacer referencia a un sexo "dado" o a un género "dado" sin aclarar primero cómo se dan uno y otro y a través de qué medios? ¿Y al fin y al cabo qué es el "sexo"? ¿Es natural, anatómico, cromosómico u hormonal, y cómo puede una crítica feminista apreciar los discursos científicos que intentan establecer tales "hechos"? ¿Tiene el sexo una historia? ¿Tiene cada sexo una historia distinta, o varias historias? ¿Existe una historia de cómo se determinó la dualidad del sexo, una genealogía que presente las opciones binarias como una construcción variable? ¿Acaso los hechos aparentemente naturales del sexo tienen lugar discursivamente mediante diferentes discursos científicos supeditados a otros intereses políticos y sociales? Si se refuta el carácter invariable del sexo, quizás esta construcción denominada «sexo» esté tan culturalmente construida como el género; de hecho, quizá siempre fue género, con el resultado de que la distinción entre sexo y género no existe como tal" (Butler, 1990/2007, p. 55)

2018). No obstante, los desarrollos metodológicos e ideológicos del campo hacen que estos nuevos análisis sean diferentes de los del pasado. También existen actualizaciones periódicas del estado general del campo de estudios, sus últimas líneas de investigación y bibliografía revisada en el contexto de *companions* o recopilaciones de artículos y de fuentes (Fantham et al., 1995; Hawley et al., 1995; MacLachlan, 2012; Foxhall & Salmon, 2013; Hemelrijk & Woolf, 2013; James & Dillon, 2015; Hemelrijk, 2020).

Los nuevos enfoques en los estudios sobre el género en la Antigüedad buscan integrar en sus interpretaciones las construcciones discursivas acerca de las mujeres como así también las referencias a su propia agencia en el marco del análisis de las fuentes antiguas abriendo, de esta manera, el camino a interpretaciones más complejas y profundas (Flemming, 2000; Hemelrijk, 2002, 2015).

1.1.4. Los niños y la infancia en la Antigüedad clásica

En su trabajo sobre la historia de la infancia, el historiador Philippe Ariès (1960) expuso la idea de la inexistencia de un concepto de infancia antes de la modernidad. Desde sus inicios, el campo de estudios sobre la niñez en la Antigüedad Clásica ha refutado esta afirmación al destacar las múltiples formas en que los niños eran tratados y reconocidos como miembros de la sociedad a través de rituales, juegos, su rol en la vida pública, vestimentas distintivas y conmemoraciones funerarias. La niñez y la infancia fueron exploradas primeramente en el contexto de las relaciones familiares y como miembros del hogar (Saller, 1984; Rawson, 1987). El sesgo adulto y masculino de las fuentes literarias también ha influido fuertemente en nuestra visión sobre la infancia en el pasado. Para superar esta situación, se incorporaron a la reflexión fuentes epigráficas, funerarias, escultóricas y numismáticas (Rawson, 1966; Dixon, 1992, 2005; Harlow & Larson, 2011).

El trabajo de Beryl Rawson sobre la familia y la infancia en la Antigüedad ha sido ampliamente reconocido. Las conferencias sobre el tema promovidas por la autora a lo largo de las décadas de 1980 y 1990 dieron lugar a su libro *Children and Childhood in Roman Italy* (2003) y al volumen editado *A Companion to Families in the Greek and Roman Worlds* (2010), dos de las principales contribuciones a este campo. En esas obras se analizó la infancia desde múltiples ángulos: el derecho, la familia, las dinámicas sociales, la educación, los rituales y las representaciones culturales. En su libro de 2003, Rawson organizó la exposición en dos partes: la primera, relacionada con las representaciones de los niños en la Italia romana a través de los productos culturales de su época, y la segunda referida al curso de la vida (*life course approach*),[9] en la que abordó las transiciones a lo largo de las distintas etapas de la infancia, desde la procreación y la crianza hasta la educación, la vida pública y la muerte. Este enfoque (*life course approach*) resulta una herramienta metodológica muy interesante, ya que la infancia es, esencialmente, una categoría temporal. En su trabajo, la autora exploró los conocimientos y las intervenciones médicas en las distintas etapas de la vida

[9] Sobre la perspectiva de *life-course* ver también Harlow y Laurence (2002).

infantil, a través del análisis de tratados médicos, a fin de considerar la información que brindaban acerca de los procedimientos para preservar la salud de los niños. Allí se incluyeron las especificaciones dietéticas de Sorano y de otros autores como Varrón (Rawson, 2003).

En el volumen editado en 2011, el enfoque habitual de la niñez desde el marco familiar fue ampliado con el objetivo de incorporar la red más amplia de vínculos afectivos y emocionales a través de parientes (padres, padrastros, hermanos, abuelos, etc.) y las relaciones con sirvientes y cuidadores (nodrizas, enfermeras, pedagogos, asistentes, etc.). Estos vínculos, tanto con parientes consanguíneos como con personas ajenas a la familia, generaban lazos afectivos y sociales que a menudo trascendían el período de la infancia. En un trabajo posterior, Dasen (2012) destacó las implicaciones del uso de nodrizas en la generación de relaciones vinculares a través de la leche: los *conlactei* (“hermanos y hermanas de leche”) podían incluso trascender las fronteras sociales ya que era posible que personas libres y no libres compartieran a la misma persona como fuente de nutrición en las primeras etapas de la vida.

La infancia y la niñez en la Antigüedad también se han explorado desde la bioarqueología. Los ciclos de conferencias titulados *L'enfant et la mort dans l' Antiquité* (EMA), celebrados entre 2008 y 2012, han sido cruciales para reunir a arqueólogos y antropólogos con el fin de definir las posibilidades y los problemas que plantea el estudio de los restos óseos de niños y lo que los mismos pueden revelar acerca de los contextos culturales y materiales en los que vivieron. La falta de interés por los niños como sujetos de estudio y la concomitante falta de conservación de sus restos en el marco de previas prospecciones arqueológicas, así como también la existencia de cementerios separados para los niños, han sido identificados como los principales problemas que los proyectos actuales pretenden compensar. Otra cuestión abordada ha sido la imposibilidad de definir el sexo y la edad exacta de los esqueletos de subadultos, algo sobre lo que los bioarqueólogos siguen trabajando. También se han explorado algunos aspectos interesantes respecto del tratamiento de los cuerpos de los niños tales como la asociación con perros y su enterramiento en tinajas y ánforas (Fox, 2012). La salud y la nutrición infantil también se han abordado a partir de evidencias paleodemográficas, paleopatológicas e isotópicas, con especial atención a la lactancia materna, la alimentación infantil y las prácticas de destete (Gowland y Redfern, 2010, 2011; Powell, 2014a, 2014b).

La infancia, o el período que va hasta el año de edad como objeto de estudio ha experimentado un creciente interés en los últimos años. La infancia se ha considerado como un período durante el cual no sólo tiene lugar el nacimiento biológico, sino también el nacimiento social. Es decir que conforma el período en el que los grupos sociales proyectan sobre los recién nacidos ideas sobre la normalidad, el derecho a la vida, la posibilidad de ser criados y los debates sobre su aceptación en la comunidad (Laes, 2014). En contra de la idea que se desprende de algunas interpretaciones actuales de las fuentes escritas antiguas, los infantes sí eran cuidados y conmemorados cuando morían. Carroll (2018) cuestionó las ideas heredadas respecto del abandono de los infantes en la Antigüedad clásica basadas en las lecturas de los autores literarios. Así, apoyándose sobre todo en restos materiales, el

objetivo de la autora fue contrapesar las representaciones culturales de la literatura antigua con las fuentes arqueológicas. Su intención principal fue reflexionar sobre la relación entre las realidades cotidianas y la retórica literaria sobre la infancia.

Como afirmó Vuolanto (2014), el interés por la agencia propia de los niños ha sido, hasta ahora, sólo marginalmente explorado. No obstante, recientes líneas de investigación sobre la infancia en la Antigüedad han situado a los niños en el centro de atención por derecho propio, explorando así las imágenes conflictivas respecto de la infancia y los niños tanto en los discursos como en la vida social, e incorporando, a su vez, nuevas temáticas como el trabajo infantil, la sexualidad y la salud y la nutrición (Laes & Strubbe, 2008; Laes, 2011, 2019). Los volúmenes editados, como el de Beaumont y otros (2020), reúnen las contribuciones de académicos de diferentes disciplinas, reflejando de esa manera la diversidad de enfoques existentes en el abordaje de los múltiples aspectos de la infancia en el Mediterráneo antiguo.

El interés sobre las mujeres y los niños como sujetos históricos se ha visto intensificado durante las últimas décadas. El reconocimiento del sesgo adulto y masculino de la mayoría de las fuentes escritas y el desarrollo de herramientas metodológicas para superarlo han sido las características más destacadas de los estudios sobre mujeres y niños en la Antigüedad. Sin embargo, aún persiste el desafío de integrar a ambos grupos en los relatos históricos dominantes.

1.1.5. Perspectivas modernas de la ciencia de la nutrición

La ciencia de la nutrición moderna, como campo de estudios, se ha visto influida en gran medida por la química, la biología y la medicina. En el siglo XIX, químicos alemanes establecieron la existencia de componentes en los alimentos con funciones fisiológicas específicas (proteínas, grasas, hidratos de carbono y materia mineral).[10] A finales de ese siglo, Wilbur Atwater, un químico estadounidense formado en Alemania, desarrolló la noción de “calorías” para medir el proceso mediante el cual el organismo convertía esos componentes alimentarios en energía utilizable. Estas contribuciones ofrecieron una imagen de los estudios nutricionales como si se trataran de medidas objetivas y de registros imparciales de los mecanismos concretos que influyen en la alimentación y la salud (Biltekoff, 2012, p. 174).

En 1910, el descubrimiento de las vitaminas determinó el fin del “reinado de las calorías” y dio lugar a un nuevo paradigma en nutrición. En los años siguientes, otros descubrimientos relacionados con vitaminas, minerales y oligoelementos sirvieron de base para desarrollar ideas sobre las enfermedades carenciales.[11] En torno a la época de la Segunda Guerra Mundial, estas ideas sobre nutrición coincidieron con la preocupación por el estado nutricional de la población en los países

[10] Sobre el origen bioquímico de la ciencia de la nutrición en sus inicios, Cannon y Leitzman afirman: “Este proceso comenzó con la fundación de la nutrición como ciencia bioquímica, tal y como fue desarrollada y consolidada en Alemania por Justus von Liebig en la Universidad de Giessen en la primera mitad del siglo XIX y más tarde en Múnich, siguiendo los trabajos de Antoine Lavoisier y otros” (2005a, p.677).

[11] Se llama “enfermedades carenciales” a aquellas que derivan de la falta de nutrientes.

subdesarrollados. La atención se centró en la desnutrición, lo que provocó la emergencia de ideas acerca de las cantidades adecuadas de nutrientes y las raciones alimentarias para garantizarlas como una forma de superar el impacto de las enfermedades carenciales.

Tras la Segunda Guerra Mundial, la nutrición pasó a centrar su atención en las causas y el tratamiento de enfermedades crónicas, como el cáncer, la diabetes y las enfermedades cardiovasculares, y en los problemas nutricionales de las poblaciones adultas de las sociedades opulentas. Las decisiones dietéticas y el estilo de vida, junto con otros elementos sociales y culturales, fueron señalados como determinantes de la nutrición. Además de las medidas habituales respecto de las necesidades nutricionales, existía la idea de que algunos alimentos podían contribuir o causar enfermedades crónicas, sobre todo si se consumían en grandes cantidades.

Hasta ese momento, la ciencia de la nutrición se había visto como un “esfuerzo progresivo por descubrir la verdad sobre los alimentos y el cuerpo humano, rastreando el desarrollo de métodos y descubrimientos científicos y celebrando al mismo tiempo su impacto positivo en la salud humana” (Biltekoff, 2012, p. 5). La cuantificación de las necesidades nutricionales proporcionó un marco objetivo para juzgar el estado nutricional de individuos y poblaciones. Sin embargo, debido a la reducción de los alimentos a sus componentes químicos, estas perspectivas han sido denominadas por Cannon y Leitzmann "enfoque bioquímico" y caracterizadas por los autores como "reduccionistas" (2005a, p. 675).

En las décadas de 1960 y 1970, los historiadores sociales empezaron a interesarse por la nutrición como indicador del nivel de vida. Los datos relacionados con la nutrición fueron utilizados para registrar los cambios económicos y sociales a lo largo de la historia. El abastecimiento de alimentos, las normas dietéticas, la aparición de enfermedades carenciales, las tasas de fertilidad y mortalidad, el crecimiento de la población y la productividad de los trabajadores están presentes en las obras de Robert Fogel (1984) y Stanley Engerman (1974).

El giro lingüístico de los años setenta sirvió para correr a la ciencia de la nutrición del modelo de las ciencias naturales. En este contexto, la crítica de la ciencia nutrición abordó la nutrición y la salud dietética como construcciones culturales. Se descartaron las ideas previas sobre las verdades empíricas y el impacto de la nutrición en el cuerpo humano como una realidad objetiva. Desde la perspectiva de Biltekoff, la influencia de Michel Foucault es evidente en la forma en que:

> Este tipo de trabajo tiende a ser más genealogía que historia, dando cuenta de la producción de sentido común sobre la subjetividad y el cuerpo y negándose a dar por sentada la existencia de cualquier tipo de verdad biomédica fuera del proceso del lenguaje, la cultura y la ideología. (Biltekoff, 2012; p. 6)[12]

[12] La autora añade que: "La preocupación fundamental de los estudios críticos sobre nutrición es precisamente replantearse la aparente neutralidad y objetividad de los datos nutricionales" (Biltekoff, 2012, p. 6).

Entre las tendencias actuales en la ciencia de la nutrición, encontramos las perspectivas evolutivas. En el primer capítulo de *Human Diet and Nutrition in Biocultural Perspective* (Moffat y Prowse, 2010), titulado “What did Humans Evolve to Eat?" Leonard, Robertson y Snodgrass afirman que la nutrición evolutiva está orientada a resolver el problema de la obesidad y los trastornos metabólicos asociados al mundo moderno. Comparando la dieta de los humanos (individuos pertenecientes al género *homo*) con la de otros primates, determinaron que “los humanos tienen dietas de mucha mayor calidad, es decir, más densas en calorías y nutrientes” (p. 20). Las necesidades metabólicas del cerebro humano imponen una dieta rica en energía. Los avances evolutivos, como la adopción de estrategias de supervivencia y la tecnología, están relacionados con “el aumento del rendimiento energético de las actividades de subsistencia y el incremento de la calidad nutricional de los alimentos básicos” (p. 29). En términos generales, esta tendencia postula que los humanos han sido exitosos en el desarrollo de estrategias para satisfacer sus necesidades nutricionales. Sin embargo, desde la perspectiva de los autores, incluso hoy en día, experimentamos numerosos desafíos a la hora de acomodarnos a nuestra distintiva biología nutricional. Dos problemas relacionados con la nutrición en el mundo moderno son prueba de ello: el retraso en el crecimiento durante la infancia —debido a la desnutrición crónica, que se extiende entre las “poblaciones empobrecidas del mundo en desarrollo”, y la obesidad, que no es tanto el resultado de la cantidad de energía consumida, sino de la falta de gasto energético en el contexto de los actuales estilos de vida sedentarios.

Una definición alternativa ha sido propuesta por la New Nutrition Science, una perspectiva crítica, que es el resultado de la búsqueda de un nuevo marco conceptual para los estudios sobre nutrición que dote al campo de relevancia y utilidad para abordar los retos del siglo XX (Cannon y Leitzmann, 2005 a, p.673). Los principios de la New Nutrition Science se resumen en la Declaración de Giessen (Beauman et. al., 2005); sin embargo, en el documento “The New Nutrition Science Project”, Cannon y Leitzmann explican con detalle las bases del proyecto. Los autores reconocen que el dominio convencional de la ciencia de la nutrición es la biología,[13] que ahora explora los nuevos dominios de la genómica. Sin embargo, observaron que el campo ya se estaba extendiendo a otros dominios, principalmente debido a su aplicación en las políticas de alimentación y nutrición.

Cannon y Leitzmann sitúan, histórica y políticamente, los primeros desarrollos de la disciplina:

> El encuadramiento de lo que hoy es la ciencia convencional de la nutrición tiene un contexto histórico. La medicina y otras ciencias biológicas forman parte de la empresa humana dominante de los últimos cinco siglos, originada en Europa, cuyo logro ha sido el uso de la ciencia y la tecnología para explorar, dominar y controlar el mundo vivo y físico. (Cannon y Leitzmann, 2005a, p. 675)

[13] Leitzmann y Cannon coinciden con Biltekoff en su caracterización de los inicios de la moderna ciencia de la nutrición como un dominio de la química, la biología y la medicina, y reconocen la labor fundacional de los estudiosos alemanes y estadounidenses.

Los autores admiten que, en el pasado, el marco fisiológico, bioquímico y médico original de la disciplina contribuyó en gran medida a las iniciativas de salud pública que redujeron la mortalidad infantil, aumentaron la resistencia a las infecciones, mejoraron la salud a lo largo de la vida y aumentaron significativamente el promedio de vida humana. No obstante ello, afirman también que la disciplina se encontraba en una crisis y que la ciencia de la nutrición sólo podrá responder a los retos del mundo moderno si integra las dimensiones social, medioambiental y biológica.

El interés por los problemas mundiales actuales guió la búsqueda de la New Nutrition Science en pos de mejorar la comprensión de la nutrición. Sin embargo, en lugar de centrarse únicamente en los seres humanos, esta perspectiva "se ocupa de la salud personal y de la población, y también de la salud planetaria —el bienestar y el futuro de todo el mundo físico y vivo del que forman parte los seres humanos" (Cannon y Leitzmann, 2005a, p. 673). Así, propusieron trascender a los humanos en tanto individuos, y considerar a las comunidades y sociedades, situándolas en el marco más amplio de la ecosfera. Desde su perspectiva, "la biología no es suficiente", ya que centrarse en la biología y en el individuo deja de lado acciones políticas, económicas y comerciales y conduce a la profundización de las desigualdades sociales. Como respuesta, promueven incorporar principios, tanto éticos como ecológicos (los primeros refieren a la conciencia de la evolución y la historia, como también a la aplicación de principios tales como los derechos humanos y la protección sostenida de los recursos humanos, vivos y físicos, mientras que los segundos promueven la conciencia y la sensibilidad ante los cambios sociales y medioambientales globales, como así también su impacto en la nutrición y la salud de la humanidad).

Para los fines de esta tesis, tomaremos esta definición tridimensional de la nutrición, ya que creemos que ayuda a replantear la nutrición humana dentro de su contexto social y medioambiental. Además, contribuye a la superación de las determinaciones estrictas respecto de las necesidades nutricionales, al tiempo que proporciona una comprensión más holística de la nutrición como una práctica humana dinámica.

Ideas sobre la nutrición en los estudios sobre la alimentación en la Antigüedad

El enfoque y las dimensiones exploradas por los estudios históricos sobre alimentación en la Antigüedad están basadas en ideas más o menos explícitas sobre la alimentación y la nutrición humanas. El papel que los alimentos y la alimentación desempeñan en los relatos históricos, la definición de nutrición que subyace a las afirmaciones de sus autores, las variables utilizadas y la interpretación de la información nutricional, están estrechamente relacionadas con el desarrollo de la ciencia nutricional.

Como se ha señalado en la sección anterior, la nutrición humana se ha interpretado durante la mayor parte del siglo pasado —y continúa aún en nuestros días— como un conjunto de necesidades específicas de energía (es decir, calorías), vitaminas, minerales y oligoelementos. Esta idea de

nutrición está presente en la mayoría de los relatos sobre alimentación y nutrición en la Antigüedad.[14] Los historiadores analizaron las necesidades humanas de energía y proteínas y el valor nutricional de determinados alimentos —trigo, cebada, carne, etc.— (Garnsey, 1988), al tiempo que destacaron las consecuencias de la carencia de ciertos nutrientes (Garnsey, 1999). En algunos casos, la edad, el sexo, la condición social y las variables ocupacionales y geográficas fueron abordadas en relación con las necesidades alimentarias de los distintos grupos. Sin embargo, siguiendo los parámetros establecidos por organizaciones internacionales como la FAO y la OMS, las necesidades nutricionales humanas de ingesta calórica y proteica utilizadas en estos estudios han sido calculadas en base a un *estándar masculino* (véase el Capítulo 2): adulto, sano, capaz y con un estilo de vida específico (Foxhall & Forbes, 1982, p. 47; Garnsey, 1999, p.20; Rosenstein, 2004; Jongman, 2007[15]).

Maurice Aymard (1975) criticó el uso de los *valores óptimos* de nutrientes, ofrecidos por las organizaciones internacionales y sugirió seguir, en cambio, los *valores mínimos*. Desde su punto de vista, estos mínimos "establecen los umbrales de la desnutrición pura y simple y de toda la compleja y matizada gama de la malnutrición. Son para nosotros puntos de referencia mucho mejores que los óptimos anacrónicos" (p. 432). Foxhall y Forbes calcularon el aporte calórico diario de varios cereales y lo compararon "con las necesidades calóricas humanas conocidas", es decir, las cifras de 1973 provistas por la FAO sobre las necesidades calóricas humanas (p. 45), mientras que Rowan y Broekaert, en sus trabajos sobre las aceitunas y el vino respectivamente (2019), utilizan como parámetro los valores de la USDA.

Un obstáculo importante para el uso de los requerimientos nutricionales en términos de cantidades de nutrientes en el estudio de la alimentación y la nutrición en la Antigüedad es que los autores antiguos no interpretaban la nutrición de esta manera y, aún más, no registraban este tipo de información. En consecuencia, es imposible reconstruir el consumo diario de alimentos de un individuo concreto, y mucho más complejo aún determinar si esas necesidades diarias se satisfacían efectivamente. Un segundo problema es que, al basarse en un *estándar masculino* ideal, las variaciones particulares de las necesidades de nutrientes de diferentes individuos a lo largo de su vida quedan invisibilizadas en favor de una cifra definitiva y operativa. Esto es aún más problemático en el caso de las mujeres, ya que los ciclos hormonales y menstruales y los diferentes procesos fisiológicos que intervienen en el

[14] Las referencias a la cantidad máxima, mínima o media de calorías, proteínas, hidratos de carbono, grasas, vitaminas, están presentes en la mayoría de los relatos sobre alimentación y nutrición en la antigüedad; a veces incluso reduciendo la nutrición a la ingesta de energía y calorías: "Aristóteles (...) dice en la *Historia de los Animales* que las mujeres necesitan menos alimento que los hombres (608b14.15) (...). Resulta que Aristóteles tiene razón. Las mujeres necesitan entre un 15 y un 35% menos de calorías que los hombres" (Garnsey, 1999, p. 106). También, Jongman (2007) expresa que: "En su forma más simple, la subsistencia puede equipararse a las calorías necesarias para la supervivencia de una persona media". Para el autor, el estándar está representado por las necesidades de un varón adulto.

[15] Jongman sostiene que: "Así, los hombres necesitan más que las mujeres, los adultos necesitan más que los niños o los ancianos, y los que realizan trabajos físicos duros en un clima frío necesitan más que los que pasan sus días cálidos sirviendo en las mesas de los ricos" (Jongman, 2007, p. 598).

embarazo, la lactancia y la menopausia implican variaciones en las necesidades nutricionales, algo difícil de traducir en una cifra promedio o un *estándar femenino*.

Las ideas sobre lo que supone la nutrición también intervienen en los elementos destacados por los autores como determinantes para la caracterización global de las sociedades de la Antigüedad Clásica. Las evidencias arqueológicas y escritas que evidencian la existencia de enfermedades carenciales como la anemia, el raquitismo, las enfermedades oculares y los cálculos en la vejiga en las poblaciones antiguas son de especial interés para Garnsey, ya que respaldan sus afirmaciones sobre la prevalencia de la malnutrición en el mundo Clásico (1998, 1999) (sobre las enfermedades carenciales en el registro arqueológico, véase también Bisel, 1986, 1988, 1991). La correlación entre la nutrición y la estatura humana como indicador de los logros económicos y el nivel de vida de las sociedades antiguas también han sido exploradas desde la historia (Lazer, 2009; Kron, 2005, 2019).

Los estudios de isótopos estables ofrecen la posibilidad única de analizar los efectos de los componentes de los alimentos en la formación de tejidos humanos. Es posible aislar elementos bioquímicos para un análisis detallado, principalmente de carbono y nitrógeno. Los isótopos de carbono en el cuerpo humano revelan el tipo de plantas consumidas por un individuo. Existen dos vías fotosintéticas principales: C3 y C4; mientras que la primera apunta a una dieta basada en plantas de ambientes templados como el trigo y la cebada, la segunda indica una dieta dependiente de plantas tropicales como el mijo y el sorgo. Los niveles de nitrógeno en la dieta humana muestran la posición de un organismo en la cadena alimentaria: los valores bajos de isótopos de nitrógeno sugieren una dieta basada en legumbres y los valores altos indican una dieta compuesta principalmente de recursos acuáticos (Killgrove, 2014). Tanto el carbono como el nitrógeno ofrecen una visión de los efectos reales del consumo de alimentos en un individuo y permiten la comparación entre dietas a través del tiempo y el espacio. Sin embargo, refieren a la contribución a través de la dieta de ciertos elementos en términos generales, por lo que los componentes específicos de la dieta de un individuo permanecen ocultos (sobre esto, véase el capítulo 8). Los estudios paleopatológicos, por su parte, exploran los efectos de las enfermedades —y de aquellas relacionadas con la nutrición— sobre el esqueleto. El análisis de los dientes y de la morfología postcraneal proporciona información sobre el estado de salud general y los retos a los que se ha enfrentado un individuo a lo largo de su vida (Garnsey, 1999; Killgrove; 2019). Especialmente relevantes son los métodos desarrollados por estos estudios para identificar períodos de estrés nutricional durante la infancia, incluso en restos óseos pertenecientes a individuos adultos (Garnsey, 1999). Sin embargo, hay que tener en cuenta que las marcas que indican deficiencias nutricionales o enfermedades de larga duración evidencian, a su vez, la capacidad de ese individuo para seguir viviendo durante un tiempo lo suficientemente prolongado, a pesar de su estado de salud, tanto como para desarrollar una respuesta a nivel del esqueleto. De allí que la interpretación de los estudios paleopatológicos en términos sociales e históricos debe tener en cuenta este aspecto.

1.1.6. Mujeres, niños, alimentación y nutrición en la Antigüedad clásica

Las contribuciones sobre el tema de la alimentación y nutrición de mujeres y niños en la Antigüedad son notablemente escasas. Como ya se ha mencionado (véase el apartado 1.1.), podemos considerar la obra de Peter Garnsey *Food and Society in Classical Antiquity* (1999) como el primer trabajo exhaustivo en el campo de los estudios sobre la alimentación en la Antigüedad clásica, puesto que el autor considera la comida tanto un fenómeno biológico como social. Al hablar de la dieta en el capítulo 1, el autor presenta las propiedades nutricionales de los cereales en comparación con las necesidades nutricionales mínimas del ser humano, utilizando cifras establecidas para "un hombre moderadamente activo". A continuación, aborda las necesidades de una "mujer moderadamente activa" afirmando que necesita "tres veces más hierro *que un hombre*, y una mujer embarazada o lactante *más del doble* de calcio" [el subrayado es nuestro] (pp. 19-20). Como podemos observar, incluso cuando se refiere a las mujeres, el referente es el hombre. Podemos argumentar que el autor utiliza normas nutricionales establecidas por organizaciones internacionales (como hemos visto en la sección 1.1.5.). Incluso podemos acordar con él en la afirmación de que las mujeres necesitan más hierro y calcio que los hombres. Pero la cuestión es que se acepta que las necesidades de los hombres son la norma y, como consecuencia, las de las mujeres se definen en función de las de los hombres. ¿Qué pasaría si considerásemos las necesidades de hierro de las mujeres como la norma? Por otro lado, si hombres y mujeres, en general, necesitan cantidades diferentes de nutrientes, ¿qué sentido tiene compararlos?

La nutrición de mujeres y niños es abordada en el séptimo capítulo, titulado "Food and the Family". Es interesante observar que el autor no se ocupa de los hombres, a pesar de que también formaban parte de la familia. En cambio, se centra en las mujeres y los niños. Este tratamiento especial refuerza la visión dualista a la que refiere Blok (1987) (véase la sección 1.1.3.), en virtud de la cual existe un espacio privado y doméstico, el hogar, habitado principalmente por mujeres, niños, esclavos y otros individuos y, separadamente, una esfera pública que se traduce espacialmente a la ciudad y los espacios públicos como escenario natural de los hombres, la política y la guerra. Hemelrijk y Woolf (2013, p. 2) han resaltado el hecho de que las mujeres eran miembros visibles de su sociedad, y que podían (y de hecho lo hacían) intervenir y ejercer poder e influencia incluso en la esfera pública. Quizá esta noción de la presencia constante de las mujeres —y de los niños— en todas las esferas de la vida antigua pueda ayudar a reevaluar este persistente dualismo.

Las fuentes antiguas citadas por Garnsey en este capítulo son obras de autores médicos y filosóficos. No obstante, el autor no logra reconocer el hecho de que en su mayoría éstos eran varones. Por otra parte, considera sus afirmaciones sobre la nutrición femenina como un reflejo de la realidad. Las cuestiones de género están ausentes de su análisis, no sólo al considerar la naturaleza de las fuentes, sino también al interpretarlas. El autor señala que en los tratados: "Tenemos médicos de la alta sociedad que dicen *a sus clientes varones de clase alta* lo que tienen que hacer, a qué tipo de régimen tienen que *someter a sus hijos y a sus mujeres* [el subrayado es nuestro]. No hay forma de

saber hasta qué punto se ponían en práctica sus prescripciones" (1999, p. 103). Estamos de acuerdo con Garnsey en que los autores consultados pertenecían a las élites culturales y sociales y que el posible público de sus obras debía pertenecer también a las clases altas. Pero afirmar que los clientes masculinos de las clases altas imponían un régimen a los niños y a las mujeres de su propio entorno (hay que subrayar aquí que, al estar ausente la categoría de los hombres, se deja entrever que eran ellos quienes podían imponerse sobre los demás), aunque posible, significa negar completamente la agencia de estos últimos. Las mujeres y los niños se presentan aquí como actores pasivos.

Las mujeres y los niños, a su vez, son etiquetados por el autor como dos grupos particularmente de alto riesgo o "vulnerables", pero no se menciona cómo se llega a esa vulnerabilidad. La influencia de la teoría del *entitlement* (1982, 1987a, 1987b) desarrollada por Amartya Sen es evidente en la construcción de la idea de una posición disminuida de las mujeres y los niños dentro de la familia (véase también la sección 3.4.).[16] El argumento esgrimido por Garnsey sostiene que en una sociedad patriarcal, como las sociedades grecorromanas, las mujeres y los niños percibirían una menor ración de los alimentos. Esta afirmación, aunque posible, debe ser cuidadosamente revisada. En primer lugar, porque al referirnos a un estatus universal del patriarcado, bajo el cual todos los hechos de las mujeres se interpretan a través del filtro de una experiencia común subyugada, corremos el riesgo de oscurecer las formas particulares en que las estructuras patriarcales han tomado forma, así también como las maneras en que las mujeres (y otros grupos) han reaccionado ante ellas (Butler, 1990). En segundo lugar, porque la idea subyacente de que mujeres y niños recibirían una parte menor de la producción implica que eran los hombres quienes la controlaban (como todo lo demás), aceptando así la impotencia tanto de las mujeres como de los niños en relación a la producción, el procesamiento, el intercambio y la distribución de alimentos. En tercer lugar, porque, persuadido por las afirmaciones de Sen sobre los países en desarrollo en la actualidad, Garnsey toma esta "vulnerabilidad" como un

[16] La teoría del *entitlement* presentada por Sen y considerada por Garnsey en su obra está estrechamente relacionada, por un lado, con el mando que se ejerce en el hogar sobre los bienes, que es un concepto legal basado en la propiedad privada (Sen, 1982); por otro lado, refiere a la legitimidad aceptada del control de los recursos por parte de cada individuo dentro del hogar (1987). En esta última característica, las divisiones de género son relevantes. Según Sen, el "conjunto de derechos" (es decir, el conjunto de los bienes sobre los cuales la persona puede establecer control) dentro del hogar depende, en gran medida, de la producción, los ingresos y las contribuciones percibidas. En este contexto, menciona que: "Las actividades del hogar se han considerado de muchas maneras contradictorias a la hora de evaluar la producción y la tecnología. Por un lado, no se niega que el sustento, la supervivencia y la reproducción de los trabajadores son obviamente esenciales para que éstos estén disponibles para el trabajo exterior. Por otro lado, las actividades que producen o apoyan ese sustento, supervivencia o reproducción no suelen considerarse una contribución a la producción, y a menudo se clasifican como trabajo "improductivo"". (1987, p. 11). Así pues, desde esta perspectiva, el trabajo fuera de la casa puede considerarse una contribución económica al hogar en mayor medida que el trabajo doméstico. Además, la percepción disminuida de su propia contribución, así como la falta de percepción de interés personal combinada con una gran preocupación por el bienestar familiar, que Sen atribuye a las mujeres en las sociedades tradicionales, conduce a un empeoramiento de la posición de las mujeres con respecto a la de los otros miembros del hogar (1987, p. 7). En este contexto, la oportunidad de que las mujeres trabajen fuera de casa ampliaría el "mapa de sus derechos" y mejoraría su posición. La idea de que las mujeres carecen de percepción de sus propios intereses y anteponen la familia a sus propias necesidades refleja una imagen pasiva, monolítica y estereotipada de la mujer que se atribuye a todas las sociedades tradicionales. Por otro lado, las ideas de Sen sobre la contribución de las mujeres al hogar nos llevan al problema metodológico y epistemológico del trabajo de las mujeres que se abordará en el capítulo 6.

hecho que puede aplicarse directamente a la sociedad de la Antigüedad Clásica.[17] Aunque las mujeres y los niños aparecen sobrerrepresentados en las estadísticas actuales sobre malnutrición (Heinrich & Erdkamp, 2018), resulta interesante explorar las posibles causas de esto, y posibles las diferencias entre la malnutrición antigua y contemporáneas.

La interseccionalidad, o la forma particular en que el género y otros determinantes como la edad, la raza, el estatus social, cultural y legal se superponen y operan juntos, se ha revalorizado como una cuestión crucial al considerar las experiencias de las mujeres en el pasado (Sorkin Rabinowitz & Richlin, 1993; Dixon, 2005). En este sentido, dos factores estrechamente entrelazados en el análisis de las mujeres en relación con la alimentación eclipsan al resto: su estatus legal y la definición de las sociedades grecorromanas como "jerárquicas". En el libro de Garnsey, la alimentación se presenta como un reflejo de la jerarquía social y cultural; así, en su opinión, los alimentos se habrían distribuido "de acuerdo con las jerarquías existentes" (1999, p. XI). En palabras del autor:

> El principio rector de la explicación cultural de la distribución de alimentos es que el comportamiento alimentario refleja la jerarquía social y las relaciones sociales. Así, el estatus de un individuo en el hogar y en la sociedad en general será crucial en la asignación de alimentos. Las implicaciones de esto son directas. En una sociedad patriarcal, los hombres, los adolescentes y, en cierta medida, los adultos mayores se verán favorecidos frente a los niños y las mujeres, especialmente los jóvenes. (1999 p. 108) (véase el capítulo 6 para un análisis detallado de esta cita).

Desde este punto de vista, las diferencias sociales, jurídicas, políticas y económicas entre grupos en las sociedades de la Antigüedad Clásica (en este sentido debemos tener en cuenta que el establecimiento de una *jerarquía* se basa en definiciones sesgadas respecto de los criterios sobre los cuales dicha jerarquía se construye) se traducen en un acceso diferencial a los recursos con un impacto directo en la nutrición y la salud. Siguiendo esta línea, el estatus jurídico subalterno de las mujeres en la Antigüedad clásica, a pesar de sus realidades económicas y sociales particulares, se traduciría en una peor nutrición. Así pues, esta conclusión teórica anula cualquier posibilidad de considerar la nutrición de las mujeres desde una perspectiva alternativa.

Garnsey afirma que la distribución de alimentos en la familia se guiaba a partir de tres principios: 1) una explicación funcional/fisiológica de la distribución de los alimentos, a través de la cual el autor sostiene que si el objetivo general era garantizar la supervivencia y el bienestar de la familia,

[17] La suposición de Garnsey de que las mujeres y los niños han sido *vulnerables* a lo largo de la historia puede advertirse en los siguientes pasajes: "Podemos, por ejemplo, plantear la hipótesis de que los grupos más vulnerables a la malnutrición eran los mismos en las sociedades antiguas que en los países en desarrollo de hoy" (1999, p. 51); y: "Se puede predecir que la malnutrición y la morbilidad habrían estado más extendidas y habrían sido más graves entre las mujeres, especialmente las que estaban en edad fértil, que entre los hombres, y entre los habitantes de las grandes aglomeraciones urbanas que entre las poblaciones rurales. Y cabría esperar encontrar, como en los países en desarrollo de hoy, que la malnutrición era predominantemente una aflicción de los niños" (Garnsey, 1999, p. 61).

entonces la mayor parte de los recursos irían a los miembros más productivos; 2) el estatus cultural: como se ha señalado antes, desde su perspectiva, el comportamiento alimentario reflejaba la jerarquía social y las relaciones sociales. Por lo tanto, el estatus de un individuo en el hogar y en la sociedad en general sería crucial para la asignación de alimentos; y 3) el poder o el control sobre los recursos (1999, p. 101). Por los "miembros más productivos de la familia", el autor refiere a los hombres y a los niños mayores "al constituir el grueso de la mano de obra productiva. Las mujeres en edad de procrear podrían clasificarse lógicamente como 'productoras', en su papel de reproducción social" (1999, p. 101). Por lo tanto, tenemos la impresión de que las mujeres no trabajaban o, si lo hacían, su contribución era marginal. Además, "producción" se entiende aquí como el trabajo agrícola de campo, sin tener en cuenta las fases de cultivo, transformación e intercambio de los productos de la agricultura, ni las numerosas actividades de mantenimiento de la propiedad de la tierra u otros trabajos de mantenimiento que realizaban las mujeres (tales como almacenar y preparar alimentos y como cuidadoras, nodrizas, etc.). El autor considera a las mujeres como productoras *sólo* en tanto capaces de procrear contribuyendo, de esa manera, a aumentar la mano de obra disponible. Los dos factores restantes se encuentran estrechamente relacionados: según Garnsey, el estatus y el poder —es decir, el dominio y el control tanto físico como político— no suelen funcionar en favor de los intereses de la mujer en las sociedades patriarcales. Como resultado, llega a la conclusión de que "es bastante probable que en las sociedades patriarcales, como lo eran las sociedades grecorromanas, las mujeres recibieran una parte menos generosa de los recursos alimentarios familiares que los hombres" (1999, p. 101). Las implicancias de presentar la alimentación como un reflejo del estatus social, así como la problemática consideración de todas las sociedades patriarcales en los mismos términos han sido señaladas con anterioridad. Pero lo que parece más inquietante, en este punto, es la idea de que las mujeres sólo son consideradas productoras cuando dan a luz a los *verdaderos productores* (es decir, a los varones). No se tienen en cuenta los numerosos trabajos y ocupaciones que han desempeñado las mujeres, tanto dentro como fuera del hogar.[18] Además, desde la perspectiva de Garnsey, las mujeres están completamente ausentes del trabajo agrícola, lo que es teórica y empíricamente imposible. Walter Scheidel abordó este problema en su artículo "The Most Silent Women of Greece and Rome: Rural Labor and Women 's Life in the Ancient World" (1995, 1996). En el mismo, destacó el valor social del trabajo realizado fuera de casa (considerado una actividad económica respetable) en comparación con el trabajo doméstico (crianza de los hijos y cuidado de la salud). El autor ofreció abundantes pruebas de que las mujeres efectivamente realizaban labores agrícolas, así como también una amplia gama de otras actividades económicas en el contexto urbano, al mismo tiempo que resaltó los sesgos propios de las fuentes consultadas. Como resultado, en su trabajo argumentó en favor de considerar a las mujeres como trabajadoras tanto en

[18] Susan Treggiari (1976, 1979) inició la vertiente de estudios sobre el trabajo femenino. Por otra parte, la bibliografía disponible sobre las nodrizas (Bradley, 1980, 1986 1991; Dimopoulou 1999; Aly, 1996; Smyshliaev, 2002) y el trabajo femenino esclavo (Joshel, 1986; Joshel & Murnaghan, 2005; Roth, 2004a, 2004b) son reveladoras respecto de las diferentes dimensiones del trabajo femenino en la Antigüedad clásica.

contextos rurales como urbanos. Sin embargo, nos gustaría llamar la atención sobre la división que hizo entre el trabajo doméstico y el trabajo fuera del hogar:

> Es muy probable que muchas mujeres rurales dedicaran la mayor parte de su tiempo al cuidado de los niños y de los enfermos, al almacenamiento y la preparación de alimentos, al lavado, a la transformación de la lana, al cuidado de las aves de corral y de sus propias huertas. Lo que, en mi opinión, hay que subrayar es el hecho de que un gran número de mujeres posiblemente estaban lejos de limitarse exclusivamente a las tareas domésticas, sino que también debían trabajar *fuera de su provincia tradicional* [el subrayado es nuestro]. (Scheidel 1995, p. 211)

La referencia al espacio doméstico como la "provincia tradicional" de las mujeres refuerza el dualismo público/privado mencionado anteriormente, y dificulta su reconocimiento como trabajo propiamente dicho.

En una reciente contribución de Christian Laes (2019) se hace referencia conjunta a las mujeres y los niños en conexión con la alimentación. En el texto aparecen comentarios acerca de la subalimentación, la malnutrición y las enfermedades carenciales, así como también acerca de la familia nuclear como el ámbito natural de ambos grupos. Al incluir las referencias nutricionales modernas sugeridas por la OMS, el autor se inscribe dentro de las tendencias generales de los estudios sobre alimentación mencionados anteriormente (véase la sección 1.1.5.). En cuanto a la participación de mujeres y niños en actividades relacionadas con la alimentación, los ejemplos de las fuentes ayudan a situarlos en el contexto de la *villae*, y tanto en el campo como en las ciudades, preparando, sirviendo o consumiendo alimentos. Sin embargo, a lo largo del texto, el autor refiere al trabajo de mujeres y niños como auxiliar. Por ejemplo, tras la idea de que las mujeres y los niños "a menudo se veían obligados a participar en los procesos de trabajo, ya que muchos hombres adultos simplemente sólo podían participar de manera insuficiente" (2019; p. 179), subyace la concepción de que los hombres eran los que realizaban el verdadero trabajo mientras que las mujeres y los niños sólo estaban obligados a hacerlo cuando el trabajo de los hombres era insuficiente.[19] No obstante esto, el aporte más valioso de este capítulo es el reconocimiento del sesgo masculino de las fuentes y la inclusión de diferentes aspectos que configuraron la vida de las mujeres y los niños en el mundo romano.

En conclusión, los estudios sobre las mujeres y los niños en la Antigüedad parecen reproducir algunos de los problemas que los estudios de género ya han abordado respecto de los relatos históricos (véase el apartado 1.3.). La división entre una esfera pública y otra privada, las referencias nutricionales androcéntricas, y el menor valor atribuido al trabajo doméstico y de

[19] Este es también el caso de la interpretación de Rosenstein (2004) sobre el trabajo agrícola de las mujeres y los niños durante el final de la República. el autor comenta que la actividad militar no tenía por qué amenazar la subsistencia de un grupo familiar, añadiendo al pasar que "las mujeres campesinas eran generalmente capaces de emprender trabajos de campo *si era necesario* [énfasis añadido]" (p. 105).

mantenimiento han contribuído a generar una visión estática de las conexiones entre mujeres y niños con la alimentación. Además, ninguno de los autores proporciona una definición de nutrición, ni una idea general acerca de qué aspectos deberían ser relevantes a la hora de pensar en las mujeres y los niños desde una perspectiva nutricional. En su lugar, la supuesta "vulnerabilidad" de ambos grupos es reforzada a través de referencias a los requerimientos nutricionales modernos y a estudios osteológicos que evidencian la existencia de enfermedades carenciales en mujeres y niños.

Existen algunas cuestiones relevantes en relación a la nutrición de las mujeres y niños que aún no se han abordado: las particulares necesidades nutricionales en las diferentes etapas de sus vidas, la importancia material y emocional del trabajo de mantenimiento; y su contribución activa en las decisiones relativas a su propia alimentación y nutrición y las de su grupo. Esta tesis pretende contribuir a la reflexión sobre estos temas.

1.1.7. Dinámica poblacional romana

El estudio de la dinámica poblacional (o demografía) se centra en los cambios experimentados por las poblaciones humanas en términos de tamaño, estructura y desarrollo. Desde una perspectiva histórica, los estudios demográficos permiten ver los escenarios generales en los que han tenido lugar las decisiones y acciones individuales y de los distintos grupos y, al mismo tiempo, analizar el impacto de las prácticas cotidianas en un marco mayor. Aunque la demografía se ha centrado tradicionalmente en las poblaciones humanas, la información sobre el entorno natural y la relación con los elementos que lo componen es crucial para comprender los movimientos y transformaciones de las sociedades humanas en el pasado. Las condiciones climáticas, las actividades productivas, la alimentación y nutrición, y las enfermedades, entre otros aspectos, son abordados en los estudios demográficos actuales (Sallares, 1991; Hin, 2013). En este sentido, las poblaciones humanas pueden entenderse como pertenecientes a un ecosistema, una comunidad biológica que habita en un entorno determinado (Sallares, 1991, p. 14). En consecuencia, los estudios sobre población pretenden comprender cómo las sociedades humanas se interconectan con su entorno natural específico y, al mismo tiempo, cómo sus estructuras socioculturales, económicas y políticas, en palabras de Saskia Hin, establecen "los límites (percibidos) de lo posible" (Hin, 2013, p. 4).

Las variables fundamentales que se tienen en cuenta al analizar las poblaciones humanas son la fertilidad —el número de nacimientos en un período determinado— y la mortalidad —el número de muertes en un período determinado—. Además de estas variables, también se tienen en cuenta otros elementos con el fin de comprender mejor los aspectos contextuales que afectan a la dinámica de la población humana: la tierra, el clima, la morbilidad, la urbanización, la migración, los niveles de vida, las actividades económicas y las instituciones sociales y políticas, entre otros.

El estudio de la demografía histórica en la Antigüedad presenta características y retos propios. Uno de los principales obstáculos para estudiar la demografía de las sociedades antiguas es que el tipo de información necesaria para analizar las variables mencionadas no era sistemáticamente recopilado. Inicialmente las fuentes escritas fueron utilizadas como fuente de información sobre los momentos clave de la vida humana en la Antigüedad clásica, en términos de nacimientos, matrimonios y defunciones. La información que es posible extraer de estas fuentes es a menudo incompleta e indirecta, por lo que su análisis en términos de tendencias y estadísticas no es concluyente y está abierto al debate. En las últimas décadas, los estudios demográficos se han beneficiado del trabajo interdisciplinar que ha permitido reconstruir nuevas informaciones sobre las poblaciones humanas (Sallares, 1991; Parkin, 1992; Hin, 2013). En lo que respecta al período romano, existen dos fuentes escritas adicionales que han proporcionado información valiosa: el material epigráfico y los censos del Egipto romano (Shaw, 1987; Frier, 1994; Bagnall y Frier, 2006). Sin embargo, dado que estas fuentes son fragmentarias, el estudio de la población humana en la Antigüedad suele servirse de modelos demográficos basados en diferentes sociedades —principalmente modernas— que funcionan como telón de fondo sobre el cual proyectar las (posibles) dinámicas poblacionales del pasado.[20] A pesar de la utilidad (o inutilidad) de los modelos demográficos individuales para analizar las poblaciones de la Antigüedad clásica, como afirma Hin: “Los modelos que incluyen el comportamiento humano o animal, ya sean históricos, econométricos, demográficos, ecológicos o de cualquier otro tipo, son siempre aproximaciones” (2013, p. 110). Otra cuestión es la dificultad de integrar a la población romana no ciudadana (esclavos, extranjeros) y a las mujeres y niños, ausentes en los registros.

Un aporte interesante de los estudios ecológicos a la demografía es el concepto de “carrying capacity” (capacidad de carga).[21] Como explica Sallares (1991 p. 74), aunque muchos antropólogos e historiadores la consideran una capacidad del entorno —el número de personas

[20] El modelo de Coale & Demeny (1983) proporciona “tablas de vida” que se utilizan para calcular la distribución de la población, las tasas de mortalidad y de fecundidad en diversos escenarios. Este modelo ha sido muy utilizado por los estudiosos de las sociedades griega y romana. El modelo Malthusiano, aunque no es un modelo propiamente dicho, se utiliza frecuentemente para ilustrar la relación entre la tierra, la población y el crecimiento económico (véase Sallares, 1991; Hin, 2013). Además de éstos, los estudiosos de las poblaciones antiguas propusieron modelos históricos específicos de comportamiento demográfico. Sallares (1991) postuló un "modelo biológico evolutivo" para el estudio de la población griega antigua. Hin, por su parte, se refirió al modelo "tradicional" para la demografía del Principado Romano Tardío, esbozado originalmente por Brunt (1987) y ofreció un modelo alternativo que ofrece la perspectiva de un crecimiento moderado de la población en lugar de un escenario de declive (2013, p. 10).

[21] Los cálculos de Hin sobre la *capacidad de carga* de la Italia romana ascienden a 10 millones de personas, corrigiendo los 7,5 millones avanzados por Morley (2013. p. 25). Las cifras de este último salen de: a) la extensión de tierra cultivada (estimada en 100.000 km2); b) la superficie dedicada al cultivo de cereales (75%); c) los rendimientos netos (400 kg/ha para el trigo); d) el sistema de barbecho predominante (barbecho bienal); y e) el consumo en kilogramos de cereal por persona y año (200 kg). Cabe señalar que Hin también corrigió las necesidades calóricas de Hopkins como aproximación al consumo humano de alimentos (de 2.000 a 2.300 kcal diarias) y consideró que el 25% restante de la tierra producía otros alimentos, elemento que había quedado excluido del cálculo del potencial productivo considerado en las cifras de Morley. Además, Hin afirmó que el sistema agrícola romano no apuntaba al monocultivo y que tanto las dietas como la producción de los campesinos eran diversas (2013, p. 27).

que pueden sostenerse en un territorio dado—, para los ecólogos la capacidad de carga es una propiedad de un conjunto poblacional, y no de la tierra. Representa la densidad de población en la que las tasas de fecundidad y mortalidad son iguales y la población está en equilibrio. Sin embargo, si consideramos a las sociedades humanas como parte integrante de un ecosistema, es decir, de una comunidad biológica que habita en un medio determinado, podemos afirmar que la capacidad del entorno para sostener, entre otras especies, a una población humana, y la densidad a la que la fecundidad y la mortalidad humanas están en equilibrio están estrechamente relacionadas y que su relación es perpetuamente dinámica. En este sentido, los estudios poblacionales, tal y como se abordan hoy en día, nos permiten integrar los desarrollos humanos históricos, en el marco más amplio de la naturaleza.

La sociedad romana de la Antigüedad ha sido calificada de “pretransicional” y/o como un “régimen de alta presión”, lo que significa que su régimen demográfico se caracterizaba por una elevada mortalidad (y, por tanto, una baja esperanza de vida) y una elevada fecundidad (Bagnall, 2006; Hin, 2013).[22] La *transición* a la que se hace referencia apunta a los cambios operados en la época moderna que supusieron el paso de un régimen de *fertilidad natural* a otro de *fertilidad controlada.* Se cree que el comportamiento humano respecto a la fertilidad es una variable clave para entender la dinámica poblacional, aunque las implicaciones de lo que significa “natural” y “controlado” son una cuestión muy debatida. Mientras que algunos estudiosos niegan la práctica generalizada de la limitación deliberada de la familia en la Antigüedad clásica (Sallares, 1991), otros hacen referencia a numerosas prácticas e intervenciones individuales para controlar la fertilidad, tales como la anticoncepción y el aborto, aunque las consideran elementos constitutivos del régimen, y sostienenque no afectan significativamente el patrón general “natural” (Frier, 1994; Bagnall, 2006; Hin, 2013).[23]

No obstante, dado que las poblaciones humanas son dinámicas, la caracterización de la sociedad romana como “pretransicional” no explica por sí misma los cambios en su tamaño y estructura a lo largo del tiempo. En este sentido, la demografía puede ser útil para comprender la evolución histórica. Las perspectivas avanzadas por Brunt y Hopkins en la década de 1970 presentaron un escenario de declive del número de ciudadanos libres en la población a lo largo de los dos últimos siglos a.n.e. Estos autores han contribuido a delinear lo que se ha denominado el modelo demográfico romano “tradicional” (Hin, 2013). De acuerdo con el mismo, la expansión militar, los efectos de la esclavitud y la afluencia de riqueza hacia la población establecida en el territorio central de Roma repercutieron en la dinámica demográfica. Brunt sostenía que todo el espectro social —desde los propietarios ricos hasta los campesinos, pasando por los *proletarii*— habrían rechazado la procreación, provocando un descenso de la

[22] Bagnall y Frier (2006) también caracterizaron al Egipto romano como un régimen de "alta presión", en el que tanto las tasas de mortalidad como de fertilidad eran elevadas para los estándares modernos, encajando así en un patrón previo a la transición.

[23] Sobre esta cuestión, Hin (2013) se posicionó en contra de la idea sugerida por Riddle (1992) de que las prácticas de control de la fertilidad en la antigüedad tuvieron un impacto demográfico.

población. Estas nociones dieron forma a lo que se ha denominado el “recuento bajo”, que postula que la población romana alcanzaba aproximadamente los cuatro millones de personas en el 28 a.n.e. En contraposición al “recuento bajo”, desde perspectivas revisionistas se han ofrecido estimaciones de la población de Italia en tiempos de Augusto que van desde los 14 a los 16 millones de personas. Esta perspectiva es conocida como el “recuento alto” (Lo Cascio, 1994, 1999, 2001; Lo Cascio & Malanima, 2005). Una tercera posición —o “recuento medio”— fue adelantada por Hin (2013, p. 325), quien propuso la idea de una población total de 8,25 millones, incluidos los esclavos, en tiempos de Augusto.

En la siguiente sección analizamos la inclusión de mujeres y niños en los estudios demográficos sobre el mundo romano, en términos de las referencias a su alimentación, su nutrición y su contribución a la economía. En el centro del debate se encuentran, no sólo interpretaciones divergentes de las escasas fuentes históricas disponibles, sino también discusiones acerca de la capacidad de carga de Italia y la posibilidad de crecimiento demográfico y económico en los períodos tardorrepublicano y altoimperial. Reflexionamos, además, sobre las ideas operativas en las interpretaciones existentes respecto de las mujeres y los niños en relación con los principales parámetros demográficos —la esperanza de vida, la fecundidad y la mortalidad—, con especial atención a las referencias sobre su estado nutricional.

Demografía de mujeres y niños

La adopción de una esperanza de vida al nacer de entre 20 y 30 años para el mundo romano se ha convertido en la ortodoxia entre los historiadores de la Antigüedad (Parkin, 1992; Bagnall, 2006; Scheidel, 2007; Hin, 2013). Después del nacimiento, y hasta los 5 años, se cree que la esperanza de vida aumentaba hasta los 40 años, disminuyendo luego, lentamente. La estimación de una baja esperanza de vida al nacer es coherente con un régimen “pretransicional” (Hin, 2013) o de “alta presión” (Bagnall, 2006). Si bien se ofrecen diferentes aproximaciones para cada sexo (las cifras femeninas se sitúan en torno a los veinte y pocos años, mientras que las masculinas rondan los veinticinco años), se ha reconocido que estas cifras no representan grandes diferencias demográficas.[24]

La fecundidad es una de las principales variables consideradas por los demógrafos de la Antigüedad.[25] Se ha sostenido que en un régimen de “fertilidad natural” como el romano no

[24] La mortalidad materna ha sido reconocida como la principal causa que reducía la esperanza de vida de las mujeres; sin embargo, Hin sostuvo que, en general, ello no habría creado grandes brechas de género en la supervivencia (2013, p. 131).

[25] Sallares afirmó que la fecundidad era una variable más importante que la mortalidad: “En lo que respecta a las poblaciones humanas, es bien sabido por los demógrafos que los cambios en la fecundidad, que tienen su mayor impacto en los grupos de edad infantil y juvenil, tienen efectos más profundos en la estructura por edades de una población que los cambios en la mortalidad, que tienden a producir efectos proporcionales en todos los grupos de edad. Un aumento repentino de la fecundidad es el tipo de acontecimiento demográfico más perturbador, con efectos más duraderos que una gran epidemia, por ejemplo” (1991, p.122).

existían métodos sistemáticos de control de la fecundidad. Sin embargo la efectividad e impacto de prácticas individuales de anticoncepción y aborto y otras estrategias indirectas —como las prácticas de lactancia— aunque profusamente debatidas (Cfr. Riddle, 1992; Frier, 1994; Hin, 2013) han sido reconocidas como parte integral del régimen "natural" (Hin 2013, p. 137). La duración del período fértil femenino y el número de embarazos y nacimientos son elementos importantes a tener en cuenta en los estudios de población.[26] En este sentido, varios indicadores indirectos han sido analizados por diversos investigadores de la demografía antigua para determinar la fertilidad : la edad de la menarquia —fijada en torno a los 14 años (Hin, 2013)[27]—, la edad del primer matrimonio —al final de la adolescencia (Shaw, 1987)—, la edad de la menopausia —entre los 45 y los 50 años (Wells, 1975; Hin, 2013)— y las diferencias de edad entre los cónyuges —que oscilan entre los 4 y los 10 años, con una media de 7,5 años para el Egipto romano (Bagnall, 2006)—. En este marco, Parkin (1992; p.123) ha propuesto la existencia de un período fértil femenino de aproximadamente 29 años. Lo que estas aproximaciones ayudan a determinar es, por un lado, la Tasa de Fecundidad Total (TFT), que representa el número de hijos que una mujer que sobrevivió hasta sus años fértiles tiene que dar a luz para compensar por las que no lo hicieron; y, por otro, la Tasa Bruta de Reproducción (TBR), que determina el número de hijas que una mujer tiene que dar a luz para asegurar la continuidad de la población. Mientras que los cálculos respecto de la TFT la sitúan en torno a 2,8/ 2,9 hijas en el Egipto romano, la TBR de la población romana se ha establecido entre 4 y 6 hijos de media (Parkin, 1992; Bagnall, 2006; Hin, 2013).

Es interesante señalar que, aunque tradicionalmente los estudios sobre la población antigua se han basado en fuentes literarias, posteriormente los estudiosos han incorporado otras fuentes, como datos epigráficos y censales. Sin embargo, el hecho de que los estudios se hayan centrado en la fecundidad dentro del matrimonio ha dificultado la consideración de los segmentos poblacionales que se encontraban fuera —o en los márgenes— del mismo. (esclavos, extranjeros, etc.). El uso de modelos poblacionales ayuda, en cierta medida, a

[26] Mencionamos tanto los embarazos como los nacimientos porque, aunque por interés demográfico sólo son importantes los nacimientos vivos, un embarazo que acaba en aborto o mortinato —cuando un bebé muere en el útero durante las últimas 20 semanas del embarazo— representa para la persona embarazada transformaciones fisiológicas que afectan a sus posibilidades de volver a concebir en un futuro próximo.

[27] La edad de la menarquía de las mujeres romanas es una cuestión controvertida (véase Harlow & Laurence, 2002). Algunos autores sostienen que no debe asumirse que la edad de la menarquía en el mundo romano fuera la misma que la de las sociedades occidentales modernas. Sin embargo, estos autores consideran las diferencias de estatus social y de acceso a los alimentos como un factor determinante en la variabilidad de la edad de la menarquía: "De estos estudios se desprende un factor clave para el curso de la vida romana: el desarrollo biológico varía en función de la situación socioeconómica de la persona, por lo que no deberíamos considerar ni el crecimiento humano ni el curso de la vida como una experiencia biológica estándar" (2002, p. 14). Sin embargo, como analizamos en el capítulo 2, aunque la nutrición desempeña un papel importante en el inicio de la fertilidad femenina, en términos generales, los elevados niveles de estrógenos presentes en las poblaciones femeninas modernas afectan la edad de la menarquía y el número de ciclos menstruales experimentados a lo largo de la vida. De ahí que deban tenerse en cuenta no sólo los aspectos socioeconómicos, sino también las variaciones históricas.

superar esta limitación, pero las consideraciones sobre el conjunto de los habitantes del mundo romano nunca pueden ser definitivas.

En un régimen como el romano, la mortalidad elevada era la norma. Como ya se ha mencionado, la esperanza de vida al nacer alcanzaba sólo la veintena de años y se elevaba hasta los 40 después de la infancia. El período que va desde el nacimiento hasta los cinco años, se considera como el más peligroso, con niveles de mortalidad infantil (MI) que alcanzaban los 200 por mil al año (Parkin, 2011).[28] El impacto de las enfermedades infecciosas y algunas prácticas —la mayoría relacionadas con la lactancia— que podían poner en riesgo la salud del bebé se reconocen como las posibles causas de estas elevadas cifras. Sin embargo, puesto que las poblaciones son dinámicas, hay que considerar variaciones de estos parámetros tanto en el tiempo como en el espacio.[29]

Otra cuestión recurrente en relación con la mortalidad es la mortalidad materna. Tradicionalmente se sostuvo que en las poblaciones premodernas había un exceso de mortalidad femenina en el grupo de 15 a 40 años, coincidiendo con la edad reproductiva femenina. La referencia a las primeras cifras disponibles, pertenecientes al contexto de la Inglaterra moderna, influyó mucho en las ideas posteriores sobre la incidencia de la mortalidad materna en las poblaciones antiguas (Sallares, 1991).[30] Aunque la muerte como consecuencia del embarazo, el parto y el posparto formó parte de la vida de las mujeres antes del desarrollo de la obstetricia moderna, en las últimas décadas los estudiosos han coincidido en que la mortalidad materna no era demográficamente significativa.[31]

Fertilidad y nutrición en los estudios demográficos

En los estudios poblacionales sobre el mundo romano el estado nutricional de las mujeres y los niños en el mundo romano ha sido abordado, aunque sólo de forma indirecta. Los acontecimientos fisiológicos relacionados con el inicio de la menarquía, el embarazo, el parto, el posparto y el período

[28] Aunque en su obra más conocida sobre demografía romana Parkin propuso tasas de mortalidad infantil del 300 por mil (1992, p. 93), luego la corrigió al valor que se indica aquí.
[29] Hin refiere a un "período cálido romano" que, junto con la práctica de la lactancia materna, contribuyó a reducir la tasa de mortalidad infantil: "Los bebés solo corren un mayor riesgo cuando suben las temperaturas cuando se les alimenta «artificialmente» y se les expone, por ejemplo, a leche animal y otros productos alimenticios fácilmente contaminados por bacterias cuando hace calor" (2013, p. 95).
[30] Sallares observó un exceso de mortalidad femenina en la antigua Grecia en dos grupos de edad: de 1 a 4 años, lo que explica como un resultado del sesgo de género en las prácticas de lactancia y destete, que favorecían a los varones; y luego durante la edad reproductiva femenina, entre los 15 y los 45 años, atribuido a las consecuencias de la depresión del sistema inmunitario durante el embarazo, que, según el autor, en poblaciones de alta fecundidad, podría haber dado lugar a enfermedades. No obstante, afirma que el exceso de mortalidad femenina de este tipo no impidió un crecimiento demográfico muy rápido (1991, p. 130).
[31] Hin afirmó que: "Como causa de muerte específica del sexo, la mortalidad materna habría contribuido a una supervivencia diferencial entre hombres y mujeres. Pero las pruebas comparativas sugieren que su impacto fue marginal: en las condiciones de elevada mortalidad materna anteriores a la transición de la mortalidad en Europa, este factor redujo la ventaja de la esperanza de vida de las mujeres en Italia (así como en varios otros países) en apenas cuatro meses con respecto a los hombres. Incluso si un número algo mayor de mujeres (y niñas) hubieran muerto como consecuencia del parto en la Italia romana, la mortalidad materna no habría creado grandes brechas de género en la supervivencia" (2013, p.131).

de lactancia representan una carga física para los cuerpos de las mujeres y pueden afectar, como consecuencia, la salud de los bebés. Sin embargo, la conexión entre salud materna y fetal/infantil dista mucho de ser directa (véase el capítulo 2). La edad a la que el cuerpo femenino se vuelve fértil puede fluctuar entre y dentro de las poblaciones, observándose una edad de menarquia más temprana en las poblaciones occidentales modernas. En la actualidad, se reconocen y estudian conexiones entre la nutrición y el desarrollo puberal, aunque aún no se han alcanzado respuestas concluyentes. Sallares sostuvo en su análisis de la sociedad antigua griega que el inicio de la pubertad se encuentra estrechamente influido por el estado nutricional (1991, p. 144). Hin, por su parte, también relacionó el estado nutricional con el inicio de la pubertad en su interpretación de la demografía romana, pero al mismo tiempo señaló que debe tenerse en cuenta un período de fertilidad subóptima entre la primera menstruación y hasta que el cuerpo se vuelve plenamente fértil. Dado que este período subóptimo es flexible, afecta las estimaciones de la fertilidad global (2013, pp. 151-153). Aunque ambos autores reconocen cierta influencia del estado nutricional femenino en el inicio del período fértil, no explican en qué consiste tal relación.

La mortalidad materna también ha sido relacionada con la nutrición. Como ya se ha mencionado, ciertos autores sostienen que la mortalidad materna ha sido una de las causas de la mortalidad femenina diferencial en las poblaciones premodernas. Sin embargo, en su obra de 1975, Wells postuló que no eran tanto los riesgos obstétricos los que determinaban la menor esperanza de vida de las mujeres en las sociedades antiguas con respecto a la de los hombres, sino la combinación de malnutrición y enfermedades.[32] Desde su punto de vista, las mujeres eran más propensas a sufrir

[32] Existe en la actualidad un debate respecto de cuál o cuáles constituían los principales peligros para la salud de las mujeres en la Antigüedad. Los autores debaten entre la alimentación o el embarazo. Sallares propuso que: “Se ha demostrado que las mujeres que se casan y quedan embarazadas antes de los diecisiete años tienen unos primeros embarazos más difíciles, porque la madurez física de la pelvis se produce más tarde que la capacidad de ovular, y corren un mayor riesgo de mortalidad materna que las mujeres que se casan después de alcanzar esa edad. Además, como es probable que los órganos reproductores resulten dañados por un embarazo antes de que el cuerpo femenino esté preparado para ello, aunque se evite la mortalidad materna, se ha demostrado que la fertilidad total de las mujeres que se casan antes de los diecisiete años a lo largo de toda su vida reproductiva es inferior a la de las mujeres (por ejemplo, las de Esparta) que se casan después” (1991, p.; 104). En su obra de 2005, Arnott expuso las opiniones de Calnan Gray y Anne Ingvarsson-Sundström respecto de este tema. La primera creía que otras estructuras culturales, como el racionamiento de alimentos durante los períodos de escasez, también podían haber perpetuado un ciclo de estrés por malnutrición en las generaciones sucesivas. Afirmó que las mujeres estaban bien adaptadas al estrés durante el embarazo, el parto y la lactancia. También señaló que el parto en la adolescencia no era una causa probable, debido al retraso de la edad de la menarquia, influida a su vez por la malnutrición. No todas las mujeres quedan embarazadas y no todos los embarazos llegan a término; asimismo no todas las mujeres experimentan dificultades durante su parto. Por tanto, no todos los peligros para la salud de las mujeres deben atribuirse al embarazo y al parto. Anne Ingvarsson-Sundström (2003), por su parte, también estudió las conexiones entre el estado de salud de la madre y el del niño. Señaló varios factores importantes; por ejemplo, que una malnutrición materna deficiente podría suponer una grave amenaza para el feto, ya que podría reducir el tamaño de la placenta y la propia nutrición fetal, como también señaló la posibilidad de que la malnutrición perjudicara el rendimiento obstétrico. Sugirió que la malnutrición amenaza también a la madre, apoyándose en las opiniones de Calnan Gray, según las cuales la malnutrición es la principal causa de muerte entre las mujeres, más que los riesgos del parto o los embarazos continuados. Concluyó además que: a) las mujeres de baja estatura tenían la tasa más alta de muertes perinatales; b) factores como la edad de la madre (alta o baja) y el número de embarazos también afectaban al resultado del parto; c) si la madre moría, había pocas posibilidades de que el niño sobreviviera; d) la alimentación probablemente no se distribuyera de forma equitativa entre los sexos; y e) la introducción de alimentos distintos a la leche materna en torno a los cuatro meses de edad habría sido una causa crucial de la mortalidad infantil. La autora creía que la combinación del estado nutricional de las mujeres junto con sus

malnutrición, argumentando que la distribución de alimentos habría favorecido a los niños en detrimento de las niñas, coincidiendo en gran medida con las ideas de Garnsey presentadas en su libro de 1999 (para una síntesis, véase la sección 1.1.6). Como resultado, tanto si las mujeres experimentaban o no embarazos, según Wells, sus cuerpos se encontraban “desnutridos, marásmicos, susceptibles a la anemia ferropénica, menos resistentes a las infecciones que los hombres y carentes de las reservas de energía vital que podrían haberles ayudado a tener una larga vida” (1975, p.1248). El autor ofrece evidencias de estrés nutricional presentes en el registro osteológico (o bioarqueológico) que contribuyen a confirmar su hipótesis. No obstante, dado el estado actual de los estudios osteológicos, no resulta posible sostener la idea de una marcada diferencia determinada por el sexo, en relación a la nutrición, en los restos óseos (véase el capítulo 8).

Sin embargo, una cuestión fundamental a tener en cuenta en relación con la mortalidad materna es que, en caso de embarazo, el sistema inmunitario materno se deprime para reducir la posibilidad de que el cuerpo de la mujer rechace al feto. Esto significa que las mujeres embarazadas son más susceptibles a enfermedades infecciosas (Hin, 2013, p. 130). Si a esto le sumamos que, en promedio, las mujeres daban a luz entre cuatro y seis hijos durante su etapa reproductiva, podemos convenir en que los riesgos para la salud de las mujeres eran mayores que los de los hombres durante la mayor parte de su vida, y que el estado nutricional femenino debía ser al menos funcional para soportar esos exigentes procesos. A pesar de todo ello, aunque la malnutrición afecta la capacidad del organismo para resistir las enfermedades, existen numerosas enfermedades que apenas se ven influidas por el estado nutricional de la persona (Sallares, 1991). Parece haber un acuerdo entre los estudiosos en que niveles moderados de desnutrición afectan sólo tangencialmente la fertilidad humana (Sallares, 1991; Scheidel, 2007b; Hin, 2013).

La malnutrición infantil ha sido calificada de “endémica” y señalada como la causa de la reducción de la esperanza de vida y de la estatura (Sallares, 1991). Al mismo tiempo, las malas condiciones de vida y la alta incidencia de enfermedades infecciosas, junto con prácticas de alimentación deletéreas (la retención del calostro y el uso de leche animal como sustituto de la leche humana) habrían dado lugar a altos niveles de mortalidad en la Antigüedad (Parkin, 1992, p. 93). Sin embargo, hay que tener en cuenta dos aspectos en relación a este punto: por un lado, existen muchas complejidades a la hora de interpretar la influencia de la nutrición en la estatura y la resistencia inmunológica y la relación no es directa (Scheidel, 2010); por otro, incluso considerando la elevada tasa de mortalidad infantil, deberíamos tener en cuenta que aquellos que sobrevivían a los peligrosos primeros años de vida experimentaban un aumento de su esperanza de vida. Por lo tanto, la elevada mortalidad infantil no debe considerarse una realidad inevitable; además, las diferencias de tiempo y lugar, las condiciones climáticas (como las mencionadas por Hin) y las prácticas individuales (principalmente en lo que respecta a la lactancia materna) pueden haber dado lugar a desviaciones de la norma.

---

circunstancias culturales y económicas habría tenido un enorme impacto en el destino de los neonatos (véase la discusión en Arnott, 2005).

Hasta aquí se han analizado las referencias al estado nutricional de mujeres y niños en el contexto más amplio de la imagen proporcionada por los estudios sobre la dinámica demográfica romana. Resulta interesante observar que, aunque las elevadas tasas de mortalidad tanto infantil como adulta habrían afectado también a los varones, y considerando los argumentos que sostienen una elevada variabilidad en términos de dieta y nutrición entre clases sociales, las referencias a la malnutrición tienden a concentrarse en las mujeres y los niños. Aún más, aunque los autores reconocen que la relación entre malnutrición y fecundidad no sólo no es clara, sino que tampoco es demográficamente significativa, la noción de la "vulnerabilidad" nutricional de mujeres y niños está siempre presente.

En este sentido, otras dos cuestiones deben ser consideradas. En primer lugar, los períodos de desnutrición pueden compensarse, hasta cierto punto, más adelante en la vida. Dado que la fisiología del organismo da prioridad a la supervivencia, un moderado nivel de desnutrición no repercute ni directa ni fuertemente en el organismo, lo que dificulta poder establecer conexiones entre nutrición y fertilidad. La segunda cuestión, y estrechamente relacionada con la anterior, es que, aunque el vínculo entre nutrición y dinámica demográfica puede ser oscuro, a grandes rasgos, en un régimen de "alta presión" como el romano, las mujeres necesitaban tener al menos 4 hijos para reproducir la población. Así pues, considerar un escenario de crecimiento demográfico para el mundo romano significa, asimismo, reconocer la capacidad de las mujeres para soportar exitosamente, al menos 4 embarazos y nacimientos. Como consecuencia, resulta muy difícil conciliar las afirmaciones relativas al estado "marásmico" de las mujeres, referido por Wells, con un escenario de alta fecundidad.

Modelos de crecimiento poblacional y económico: ¿Dónde están las mujeres y los niños?

Como ha sido señalado por Hin, los debates sobre la demografía romana involucran necesariamente teorías sobre la relación entre población y recursos, y sobre el potencial y la realización del crecimiento (2013, p. 16). Desde una perspectiva ecológica, podemos decir que la forma en que las poblaciones humanas interactúan con el medio natural a fin de asegurar su subsistencia se encuentra estrechamente relacionada con su tamaño y dinámica. La teoría de Malthus postulaba una correlación entre la tierra y la población: en la época preindustrial, el crecimiento de la población reducía la disponibilidad per cápita de tierra, empujando a la gente a tierras marginales y menos productivas. Cuando una población se acercaba a los límites de la capacidad de carga de su territorio, es decir, cuando la tierra no era suficiente para sostener una tendencia creciente, la población se estacionaba y alcanzaba un "techo", haciendo insostenible un mayor crecimiento. La hipótesis malthusiana supone la existencia de controles preventivos (que actúan sobre la fecundidad) y positivos (que actúan sobre la mortalidad) para restablecer el equilibrio entre población y recursos. En este contexto, las cuestiones abiertas al debate son la capacidad de carga del mundo romano (o capacidad de una población para sostenerse con los recursos de un territorio) y la posibilidad de crecimiento demográfico y económico.

Saskia Hin (2007, p. 2013) ofreció una perspectiva alternativa respecto de la dinámica demográfica de finales de la República romana (el "recuento medio"). En primer lugar, cuestionó las ideas de Brunt

respecto de una abstinencia de procreación en la post Segunda Guerra Púnica, lo que, de acuerdo con el autor, habría derivado en una baja en la población del territorio italiano, que pasó de 7,5 a 10 millones de personas en los dos siglos a.n.e.[33] A continuación, señaló que la "afluencia de recursos" —esclavos, botín y tributos— derivada de la expansión militar romana afectó la relación entre tierra y población. En este sentido, la economía romana de la República tardía difería del modelo malthusiano: Italia no era una economía cerrada que dependía enteramente de su producción y de su mercado interno, sino que podía utilizar su supremacía política para su beneficio. Otros aspectos tales como la innovación y la especialización en la agricultura, el comercio, la movilidad y la urbanización, junto con el desarrollo de instituciones jurídicas y sociopolíticas que promovían y facilitaban la eficiencia en la producción y la distribución, condujeron, según la autora, a un crecimiento económico real, especialmente durante la República tardía (2013; p. 61). El modelo propuesto permitió que tanto la economía como la demografía de la región de la península itálica experimentaran un crecimiento, aunque lento y limitado. Con una estimación de 8,25 millones de habitantes, Hin afirmó que la capacidad de carga del territorio italiano no alcanzó ningún "techo".

Dos aspectos del modelo de Hin son interesantes desde la perspectiva de los estudios sobre la mujer y la infancia. El primero está relacionado con el papel de las mujeres y los niños en la producción agrícola durante las campañas militares romanas de la época republicana. Desde el punto de vista de la autora, las estructuras sociales imperantes en la Italia tardorrepublicana estaban preparadas para absorber las consecuencias de la guerra: la ausencia de hombres podía amortiguarse a través de la articulación y la unión de pequeñas comunidades y/o familias extensas. En términos productivos, el subempleo agrícola (tanto estructural como estacional), el uso de mano de obra servil y el hecho de que tanto mujeres como niños supieran realizar labores agrícolas reducían considerablemente el impacto de la participación militar masculina en la supervivencia del grupo (2013, p. 165). Esta imagen ha permitido considerar a las mujeres no sólo como dedicadas por completo a la reproducción (experimentando sobre sus cuerpos la carga del embarazo, el parto, el posparto y la lactancia), sino también como parte activa, junto con los niños, de la fuerza productiva que sostenía a la población no militar de Roma. Esto ha contribuido, en cierta medida, a poner en tensión la imagen prototípica del trabajador agrícola masculino y a reconocer la contribución de las mujeres y los niños al trabajo agrícola. Sin embargo, por otro lado, esta descripción puede llevar a pensar que toda la mano de obra masculina adulta se encontraba dedicada a las campañas militares y que, por tanto, era necesario sustituirla por mano de obra femenina e infantil. En este sentido, más que una sustitución de la mano de obra en términos de género (mujeres en lugar de hombres), fue el uso más intensivo de la mano

[33] Otra alternativa a la hipótesis de Brunt fue planteada por Rosenstein (2004, 2007). El autor afirmó que la población no disminuyó durante todo ese período de tiempo, ya que "a pesar de las conmociones políticas y militares del siglo I, las familias romanas y presumiblemente italianas probablemente siguieron produciendo hijos a un ritmo fuerte y constante que puede haber variado con el tiempo, pero que es poco probable que haya llegado a equilibrarse totalmente con las tasas de mortalidad por guerras y otras causas" (2007, p. 85). No obstante, sostiene la aplicabilidad de una hipótesis malthusiana: "En términos malthusianos, el imperialismo romano se tradujo en un fracaso a la hora de aplicar amplios controles preventivos de los nacimientos y, por tanto, hizo que entrara en juego el control positivo de la guerra para limitar el crecimiento de la población" (p. 86).

de obra disponible (no limitada a mujeres y niños, sino que también incluía a hombres no conscriptos, libres y personas esclavizadas) lo que permitió asegurar la subsistencia exitosa de las unidades agrícolas.

Rosenstein (2004), por su parte, consideró diferentes modelos de grupos familiares y cómo podrían haber respondido a la obligatoriedad del servicio militar durante la República media, concluyendo que había muchas formas en que las familias podían acomodarse a la ausencia de sus miembros varones adultos aptos. La estacionalidad del trabajo agrícola y, sobre todo, el momento del ciclo de vida de la familia, fueron elementos importantes que contribuyeron a la continuidad de las unidades de producción.

Si bien ambos autores han tenido en cuenta la capacidad de las mujeres y de los niños para trabajar y mantenerse, cabe destacar que en ambas interpretaciones el trabajo agrícola se diferencia claramente del trabajo de subsistencia o de mantenimiento. Además, consideran en sus propuestas que las mujeres y los niños que trabajaban la tierra eran, por regla general, menos productivos que sus homólogos masculinos porque dedicaban parte de su tiempo también al trabajo reproductivo y doméstico.[34] En otras palabras, como hemos visto en el apartado 1.6, en los relatos históricos sobre el pasado romano el trabajador agrícola es masculino por defecto, mientras que el trabajo de las mujeres y los niños se considera complementario y sólo es reconocido como tal cuando las circunstancias resultan apremiantes. Esto refuerza la imagen de las mujeres y los niños como trabajadores agrícolas *ocasionales*, al tiempo que oculta la interdependencia entre trabajo doméstico y de mantenimiento con el trabajo en el campo (este tema se trata con más detalle en el capítulo 6).

El segundo aspecto del modelo de Hin deriva en cierta medida del anterior: de la supuesta ausencia de hombres adultos debido a las campañas militares y de la afluencia de riqueza como resultado de las conquistas y la expansión territorial —incluyendo a una población esclavizada que llegó a Italia en números considerables.[35] Se ha propuesto la idea de que el empleo de mujeres esclavizadas se concentraba en el ámbito doméstico. Sin embargo, la autora cita el trabajo de Ulrike Roth sobre las esclavas agrícolas, en el que la misma aboga por la consideración de las mismas como productoras económicas esenciales dada su participación en la producción textil (2013, p. 37; véase también Roth, 2004a). Si bien Hin no se manifiesta totalmente de acuerdo con esta caracterización, reconoce que la producción servil femenina contribuía efectivamente a la economía. No obstante, la discusión respecto de si las mujeres y los niños esclavizados contribuían o no a la economía carga aún con el peso de la supuesta división entre las esferas doméstica y pública. El debate apunta a la producción

[34] Por ejemplo, los cálculos de Rosenstein (2004, p. 68) sobre las necesidades calóricas anuales de una familia y su capacidad para producir lo que necesitaban implican el menor potencial de trabajo atribuido por Gallant a las mujeres y los niños, basado en el supuesto de que realizaban tareas domésticas y de cuidados y eso afectaría a la cantidad de tiempo que podían trabajar en el campo (véase la nota 27 en la página 228). El autor afirmaba que el cálculo del menor potencial de las mujeres no representaba sus capacidades físicas en comparación con las de los hombres, sino más bien el solapamiento del trabajo en el campo con las habituales "labores domésticas, cocinar y otras tareas domésticas" (2004, pág. 96).

[35] Las cifras consideradas por diferentes autores respecto de la población esclavizada que llegó a Roma en época de Augusto oscilan entre los 2 y los 4 millones (Hin, 2013, p. 34).

de bienes (ya fueran éstos niños esclavos o textiles) por parte de las trabajadoras esclavizadas en contraste con su desempeño en tareas asociadas a la esfera doméstica y orientadas al "consumo improductivo y conspicuo por parte de la élite romana". Sin embargo, este dualismo no permite observar hasta qué punto el trabajo realizado por la mano de obra esclava femenina contribuía a la realización de las actividades productivas y reproductivas necesarias para el sustento y la continuidad del hogar. El papel de la *vilica*, la trabajadora esclava jefa de la *villa* descrita en los tratados romanos sobre agricultura, es analizado en el capítulo 6, tanto en términos de la relevancia de sus actividades para el sustento de la mano de obra, como también de las conexiones entre lo que ha sido etiquetado como trabajo "agrícola" y "doméstico" en términos más amplios.

El hecho de que según ambas interpretaciones —la de Hin y la de Rosenstein— la contribución de las mujeres y los niños a la producción agrícola aparece cuando los ciudadanos varones están fuera de la escena es revelador del sesgo persistente en las interpretaciones actuales que centran su atención en esa parte de la población romana y la identifican como la mano de obra por defecto. Las mujeres y los niños no sólo trabajaban cuando no había alternativa, sino que su labor debe considerarse como una constante en el trasfondo de los acontecimientos políticos y militares que han acaparado la atención de los relatos históricos prevalecientes. El estado de guerra continua durante la República tardía y el Principado temprano seguramente afectó la mano de obra disponible en todo tipo de hogares, pero la ausencia temporal o definitiva de algunos miembros masculinos se habría compensado con los restantes. Tal vez, más que considerar cómo afectó al rendimiento de las unidades agrarias la ausencia de hombres aptos debido al servicio militar obligatorio durante la República, el foco de atención podría desplazarse hacia cómo gestionaban el conjunto de labores productivas, reproductivas y de subsistencia —incluidas las agrícolas— los restantes miembros del hogar en ausencia del *paterfamilias*. ¿Cómo se satisfacían las necesidades nutricionales y de salud del grupo (incluida toda la mano de obra humana y animal) con los recursos disponibles? ¿Qué estrategias se pusieron en juego para hacer frente a las cambiantes condiciones políticas, militares y económicas?

En cuanto a las conexiones entre población y recursos, Erdkamp reflexionó en gran medida sobre la utilidad (o más bien la inutilidad) de plantear un escenario malthusiano para explicar la dinámica económica y demográfica del Imperio Romano. En varios artículos (2015, 2016, 2019), el autor aportó argumentos para postular un crecimiento económico y demográfico sostenido en la parte occidental del Imperio, hasta aproximadamente el año 200 n.e.C., y su continuación en Oriente hasta el siglo V o VI n.e. Desde una perspectiva malthusiana, el fenómeno del crecimiento demográfico y económico sólo puede ser temporal, ya que en algún momento el crecimiento de la población superaría los recursos disponibles, invirtiéndose así la tendencia. Se ha argumentado que éste fue el caso de la parte occidental del Imperio a partir del año 200 n.e. Sin embargo, el hecho de que esta tendencia continuara más allá de ese punto en la parte oriental del Imperio, ha limitado la capacidad del modelo malthusiano para dar cuenta de la evolución histórica. Desde el punto de vista de Erdkamp, el elemento clave para generar el crecimiento económico y demográfico fue el aprovechamiento del

subempleo característico de la agricultura para su utilización en sectores no agrícolas. En su interpretación, el crecimiento de la población estimuló a los hogares a cultivar productos comerciales y a utilizar su mano de obra fuera de la explotación, contribuyendo así a la intensificación del trabajo. La urbanización, la integración de los mercados —mediante la mejora de las redes de comunicación y transporte— y la intervención institucional, por un lado, fomentaron el desarrollo de los mercados de productos agrícolas y no agrícolas, aumentando así la demanda de especialistas e infraestructuras, y, por el otro, contribuyeron a reducir la volatilidad de los precios, disminuyendo así los riesgos de las estrategias de subsistencia que dependían de los cultivos comerciales y de la producción no agrícola. Como consecuencia, el crecimiento demográfico fue acompañado de un crecimiento económico sostenido, provocando un aumento del nivel de vida general.[36] El desarrollo de los sectores no agrícolas ofreció oportunidades para beneficiarse del subempleo habitual de la mano de obra agrícola, estimulando al mismo tiempo el consumo de artículos más allá de la subsistencia. Por supuesto, no todas las regiones ni todos los grupos sociales se vieron favorecidas por estos elementos. Las ciudades y los habitantes de las zonas urbanas fueron probablemente los más beneficiados, ya que la conectividad comercial, la intervención institucional y el acceso a la mano de obra no agrícola y a las manufacturas estaban más desarrollados allí.

En este escenario planteado por Erdkamp la intensificación del trabajo incluye el trabajo de las mujeres, por ejemplo, proporcionando materias primas y procesadas, como la lana o el lino en el contexto de los hogares rurales (2019, p. 12). También se podría incorporar las numerosas actividades realizadas por mujeres y niños evidenciadas en el registro inscripcional (algunas de estas actividades, especialmente las relacionadas con la comercialización de alimentos y servicios nutricionales, se abordan en el capítulo 6).[37] Es difícil evaluar la contribución de las mujeres y los niños en este traspaso del trabajo agrícola subempleado al sector no agrícola. No obstante, cabe señalar que para que un hogar pueda recurrir a los cultivos comerciales y utilizar la mano de obra ajena al hogar, además de los elementos mencionados por el autor, es necesario tener garantizada previamente la subsistencia. La posibilidad de que algunos —o todos— los miembros de una unidad productiva puedan dedicarse a actividades distintas a la producción de los bienes de primera necesidad (alimentos y ropa), depende de que al menos una parte de la población produzca y adquiriera esos bienes y realice las actividades de mantenimiento que garantizan la subsistencia. La

[36] Los cálculos actuales del nivel de vida romano suelen referirse a los salarios nominales y al precio de mercado de una cesta de "subsistencia" o de "respetabilidad". Hay varias cuestiones que interfieren en el cálculo de estos elementos en el contexto romano (véase Erdkamp, 2016, p. 5). En cuanto a las mujeres y los niños, una cuestión importante es que el trabajo asalariado en la Antigüedad era realizado principalmente por hombres; por lo que resulta imposible calcular la contribución económica en este sentido por parte de mujeres y niños.

[37] Sobre los empleos de las mujeres, véase Treggiari (1976, 1979), y más recientemente Guillamón (2003), Holleran (2013), Holman (2015), Larson Lovén (2016, 2019) y Hemelrijk (2020). Si bien se puede argumentar que la comercialización de alimentos forma parte de la producción agrícola, las mujeres gestionaban, a veces por sí mismas, establecimientos comerciales a gran escala (como la producción de aceite de oliva), que no tenían como objetivo la subsistencia, sino que se beneficiaban de los desarrollos estructurales mencionados por Erdkamp (integración del mercado, estabilidad de precios, urbanización, intensificación de la mano de obra, intervención institucional, etc.).

participación femenina más allá de la esfera doméstica se valora positivamente en las interpretaciones económicas actuales, pero ¿qué ocurre con el trabajo reproductivo y de mantenimiento? ¿Las mujeres que realizaban actividades no agrícolas también se dedicaban a actividades domésticas? ¿Puede considerarse “productivo” el trabajo doméstico? ¿Cuál es el papel de la producción, transformación y preparación de los artículos necesarios para la subsistencia en este escenario, y quiénes se encargaban de ello?

Como hemos visto, los modelos actuales de dinámica demográfica para el período republicano no pueden evitar abordar, por un lado, la peculiar situación militar del Estado romano, que implicaba cierto grado de ausencia de, al menos, los miembros varones cabezas de familia durante períodos de tiempo y, por otro, los efectos de las continuas guerras sobre los niveles de mortalidad de la población. La discusión sobre los resultados económicos durante el período imperial, por su parte, se ve obligadas a articular de algún modo la abundancia de restos materiales (manufacturas, infraestructuras, arquitectura, inscripciones, restos animales y vegetales y más), las impresiones de los discursos antiguos y la inconmensurabilidad de las posibles variaciones geográficas y sociales de las experiencias materiales de las poblaciones que vivían en el territorio bajo dominio romano. Incluso pueden coexistir explicaciones divergentes o contradictorias sobre el tema, ya que el crecimiento económico, el nivel de vida, el crecimiento de la población y la fertilidad no son fenómenos fácilmente observables. Las opiniones optimistas respecto de los resultados económicos del período imperial romano incluyen en su horizonte el crecimiento económico y la capacidad de la sociedad para sostener a su población a lo largo del tiempo. En este escenario, el trabajo de las mujeres y los niños se vuelve relevante, ya que podían contribuir a la intensificación de la mano de obra. Visiones más conservadoras, sin embargo, señalan la importancia de la capacidad productiva de mujeres y niños sólo en tiempos difíciles, cuando era absolutamente necesaria. En ambos escenarios, tanto para la época republicana como para la imperial, mujeres y niños aparecen activamente implicados en el bienestar de sus hogares, aunque sólo en momentos excepcionales (bien para ocuparse de la subsistencia de sus grupos, bien para servir como mano de obra de reserva para intensificar la productividad del hogar cuando las condiciones económicas eran favorables). Pero, ¿a qué se dedicaban las mujeres y los niños en otros momentos? ¿Trabajaban? ¿Qué tipo de actividades realizaban?

En otro orden de cosas, desde una perspectiva de género, la situación excepcional de finales de la República supuso para las mujeres y los niños la ausencia temporal de sus tutores legales, sus capataces, sus propietarios, sus parejas, sus compañeros de trabajo en sus hogares. ¿Podría esto haber afectado las decisiones sobre la gestión y el control de los recursos? ¿No ejercían, tanto mujeres como niños, poder y control sobre los recursos en épocas “normales”? Para la época imperial, la integración de vastos territorios y poblaciones en una única unidad política, a pesar de todas sus variaciones sociales, culturales y medioambientales, afectó sin duda a las diversas formas preexistentes de garantizar tanto la subsistencia a corto plazo como la continuidad del grupo a largo plazo. ¿Cómo respondieron las mujeres y los niños a esos cambios? ¿En qué medida contribuyó el

trabajo de mujeres y niños a la evolución económica de este período? Si aceptamos una perspectiva optimista y consideramos la posibilidad de una intensificación del trabajo, incluido el de las mujeres y los niños, ¿qué trabajos realizaron que no realizaban antes? En otras palabras, ¿qué significó para ellos esa "intensificación"? Si, por el contrario, nos alineamos con una evaluación más cauta y consideramos que el desarrollo económico imperial no permitía mucho margen para el crecimiento o la mejora de las condiciones de vida, ¿esta imagen incluía a mujeres y niños realizando trabajos productivos, o eran "improductivos"?

No sólo el elevado régimen de fecundidad que, según se dice, caracterizaba a la población romana de finales de la República y principios del Imperio imponía una pesada carga sobre el cuerpo de mujeres y niños, sino que, además, la posibilidad de la guerra y un crecimiento económico continuo descansaba, en última instancia, en el desempeño concomitante de actividades "productivas" y de mantenimiento por parte de ambos grupos. Huelga decir que esto no alcanza a explicar todos los casos, pero en general la situación de mujeres y niños ofrecida en las visiones actuales del pasado romano implica la realización de ambos tipos de actividades. Para empezar a responder a las preguntas aquí planteadas, es necesario incluir el trabajo de las mujeres y los niños en sus múltiples formas como un elemento dinámico de todos los escenarios posibles, ya sean de crecimiento económico y demográfico o de declive.

1. 2. Definiciones metodológicas

1.2.1. Alimentación, nutrición y medio ambiente

Aunque el uso del término *alimento* no suele ir acompañado de una definición, el universo de sus significados en diversos entornos culturales lo convierte en un concepto omnicomprensivo. Alimento puede significar una sustancia que se ingiere, un material compuesto de otros elementos (como proteínas, carbohidratos y grasas), provisiones, nutrimento, entre otros.[38] Además, lo que las distintas personas perciben como comida varía ampliamente. A grandes rasgos, la comida es algo que se come, por lo que todo lo que se procesa en la boca y se digiere puede considerarse comida, ya sea un alimento culturalmente considerado atípico o uno ampliamente aceptado. Los alimentos proceden

[38] Definiciones de "alimento":
- 1a: material compuesto esencialmente de proteínas, hidratos de carbono y grasas que se utiliza en el cuerpo de un organismo para sostener el crecimiento, la reparación y los procesos vitales y para suministrar energía; también alimentos de este tipo junto con sustancias suplementarias (como minerales, vitaminas y condimentos) sequía víctimas que no tienen suficientes alimentos para comer; 1b: sustancias inorgánicas absorbidas por las plantas en forma gaseosa o en solución acuosa. 2: nutrimento en forma sólida. 3: algo que nutre, sostiene o suministra alimento para el pensamiento. (Merriam-Webster, s.f.).
- algo que las personas y los animales comen, o las plantas absorben, para mantenerse con vida (Cambridge Dictionary, s.f.).
-cosas que comen las personas o los animales (Diccionario Oxford, s.f.).
-Conjunto de sustancias que los seres vivos comen o beben para subsistir. (RAE, n. d.)

de la naturaleza en su estado original y se transforman a través de las múltiples maneras en que el ser humano ha practicado el procesamiento y la preparación de alimentos a lo largo de la historia. En lo que respecta a la naturaleza como fuente de alimentos, existen ideas, prácticas y normas sobre las relaciones entre los seres humanos y el entorno natural que orientan la adquisición, preparación y consumo de los artículos utilizados como sustento. Con respecto al procesamiento y la cocción de los alimentos, el conocimiento acumulado sobre las formas de manejar y transformar esos elementos naturales nos muestra que algunas cosas pueden ser utilizadas como alimentos, y finalmente consumidas, sólo después de haber sido producidas de una determinada manera, recolectadas en un determinado momento, almacenadas en ciertas condiciones, procesadas según ciertos procedimientos y con el uso de una tecnología específica, preparadas crudas o cocinadas y siguiendo ciertas reglas. Así pues, la experiencia práctica y el conocimiento de los procesos que convierten los productos naturales en alimentos son cruciales para hacerlos materialmente posibles y disponibles para el ser humano.

Las ideas sobre los efectos de dichos productos en el interior del cuerpo humano pertenecen a un ámbito distinto. Las nociones sobre la composición interna de los productos naturales utilizados como alimentos, así como también las de sus interacciones con el cuerpo humano, refieren a otro conjunto de experiencias y conocimientos prácticos, que están detrás de las decisiones sobre qué alimentos, en qué circunstancias y con qué efectos deben consumirse. La alimentación implica, al mismo tiempo, conocimientos e ideas sobre la naturaleza y el funcionamiento del cuerpo humano. Existe una necesidad fisiológica —la necesidad de sustento para que el cuerpo realice sus funciones adecuadas— que obliga a relacionarse con la naturaleza. La alimentación y la nutrición están inextricablemente entrelazadas. Sin embargo, mientras que los alimentos pueden, entre otras razones, consumirse por su sabor o por su disponibilidad, la nutrición se refiere a los procesos implicados en la obtención de las sustancias alimenticias necesarias para la salud física y el crecimiento. En este sentido, la elección de la alimentación y la nutrición como conceptos clave de esta investigación, aunque no minimiza ni borra otros aspectos de la alimentación, pone de relieve la dimensión fisiológica de la alimentación y sus consecuencias sociales y medioambientales. En otras palabras, la alimentación se entiende aquí como el uso social y culturalmente determinado de los recursos naturales para garantizar la vida humana.

Además de considerar los alimentos como material ingerido para el sustento, proponemos incorporar la noción del *uso multicontextual* de los productos naturales, derivada de los estudios etnofarmacológicos y el concepto del *continuo alimento-medicina* (food and drug continuum), desarrollado originalmente por Etkin y Ross (1984) y considerado posteriormente desde una perspectiva histórica por Totelin (2015). La alimentación y la medicina se solapan a menudo en las fuentes romanas. Como explicamos en el capítulo 7, en las mismas encontramos referencias a alimentos que se consumían como medicinas y a medicinas que se consumían como alimentos, lo que vuelve difícil establecer un criterio definitivo para diferenciación. Además, tanto los alimentos

como las medicinas comparten un origen natural, por lo que ambos forman parte de las relaciones humanas con la naturaleza e intervienen en los procesos de salud y enfermedad.

Las relaciones humanas con el entorno natural implican al mismo tiempo ideas sobre la naturaleza. La concepción moderna de la naturaleza como una entidad sin vida explotada por los seres humanos con el fin de extraer bienes de ella no debe asumirse como operativa en la antigüedad clásica. La perspectiva del feminismo ecologista (o ecofeminismo) ha contribuido a reflexionar en torno a las ideas culturalmente construidas sobre la naturaleza y sus conexiones con las mujeres a lo largo de la historia.[39] La naturaleza, como la definió Plumwood, "es una categoría política más que descriptiva" (1993, p.3). La autora interpretó la construcción de un conjunto dualista de naturaleza/cultura como un producto de la cultura occidental, basado en una tradición que se remonta a los antiguos filósofos griegos —especialmente Platón y Aristóteles—.[40] Es por ello que debería revisarse la suposición de que las apelaciones a la naturaleza en la modernidad y en la antigüedad son equivalentes. En su trabajo sobre las mujeres y la medicina en el mundo romano, Flemming (2000) diferenció la noción moderna unificada de naturaleza de la coexistencia de ideas divergentes acerca de la naturaleza en la Antigüedad.[41] Teniendo esto en cuenta, esta tesis ofrece una visión de las ideas romanas sobre la

---

[39] Merchant y Plumwood son dos de las más influyentes autoras representativas de esta tendencia. Merchant (1980) destacó la transformación histórica de una imagen sobre la Naturaleza como una fuerza viva a su transformación en una entidad muerta abierta a la explotación humana durante el transcurso de los siglos XVI y XVII. Plumwood (1993), por su parte, reconoció una tradición en el pensamiento occidental, basada en un dualismo entre naturaleza/cultura que contribuyó a la idea de que los humanos se situaban "fuera" de la naturaleza, acompañada de una retórica de dominación. En este sentido, tanto las mujeres como la naturaleza fueron identificadas como objeto de dominación y explotación.
Sobre la noción de la muerte de la naturaleza, Merchant dijo que "Este libro elabora una perspectiva ecológica que incluye tanto a la naturaleza como a la humanidad para explicar los desarrollos que resultaron en la muerte de la naturaleza como ser vivo y la explotación acelerada de los recursos humanos y naturales en nombre de la cultura y el progreso" (1980, p. XXII). En cuanto a las aportaciones del ecofeminismo, Plumwood afirmó que "Una característica esencial de todas las posturas feministas ecológicas es que otorgan un valor positivo a una conexión de la mujer con la naturaleza a la que anteriormente, en Occidente, se otorgaba un valor cultural negativo y que era el principal motivo de desvalorización y opresión de la mujer (...). El feminismo ecológico es esencialmente una respuesta a un conjunto de problemas clave planteados por las dos grandes corrientes sociales de finales de este siglo —el feminismo y el movimiento ecologista— y aborda una serie de problemas compartidos (...). La dominación del hombre sobre la naturaleza es una prenda del mismo corte que la dominación intrahumana, pero que, como cada una de las otras, tiene una forma específica. Las relaciones humanas con la naturaleza no son sólo éticas, sino también políticas" (1993, pp. 8-13).

[40] "Un análisis detallado del dualismo también muestra que su estructura lógica característica de alteridad y negación se corresponde estrechamente con la lógica proposicional clásica, la principal teoría lógica de la modernidad. Sostengo que la cultura occidental ha tratado la relación hombre/naturaleza como un dualismo y que esto explica muchos de los rasgos problemáticos del tratamiento occidental de la naturaleza que subyacen a la crisis medioambiental, especialmente la construcción occidental de la identidad humana como 'fuera' de la naturaleza" (Plumwood, 1993, pp. 2-3).
"La naturaleza, en la mayoría de sus sentidos y contrastes, está sujeta a una exclusión radical, y está conceptualmente constituida por ella, así como por los demás rasgos del dualismo. Como muestro más adelante, los relatos de la relación mente/cuerpo y razón/naturaleza asociados con las tradiciones platónica, aristotélica, racionalista cristiana y racionalista cartesiana exhiben la exclusión radical, así como otros rasgos dualistas" (Plumwood, 1993, p. 70).

[41] Flemming afirmó que las apelaciones a la naturaleza antiguas y modernas no funcionan de la misma manera: "Hay un cambio general desde las múltiples naturalezas en competencia de la antigüedad —cada una fundamentada según las circunstancias en las que se producen, los propósitos a los que sirven: es decir, fundamentadas dentro de los sistemas de los que son parte fundamental— a la naturaleza única, más o menos consensuada, de la modernidad que se ha convertido, de común acuerdo, en algo tan sustancial, tan fuerte y seguro en su sustancia que se mantiene por sí misma, fuera de los discursos que tratan de ella" (2000, p. 17).

naturaleza a través de la obra de Plinio, donde el autor construye una imagen compleja de la naturaleza y de las relaciones del ser humano con ella. Como se explicaen el capítulo 7, la *natura* de Plinio se concebía como una fuerza viva, y los seres naturales —incluidos los humanos— se pensaban como inmersos en ella, dotados de esta fuerza e interactuando entre sí.

En vista de todo ello, y como forma de integrar la alimentación, la nutrición y la relación con el entorno natural en el estudio de las sociedades romanas, proponemos seguir la definición tridimensional de nutrición que ofrece la *New Nutrition Science* desde una perspectiva histórica (véase el apartado 1.3). Esta definición contribuye en ampliar las ideas tradicionales sobre la nutrición basadas en la biología para incluir otros elementos, como las dimensiones social y medioambiental. Su uso en el contexto de una reflexión histórica sobre las conexiones entre mujeres, niños y alimentos en el mundo romano puede ayudar a trascender el análisis desde los contenidos nutricionales de los alimentos y su contribución a los individuos a través del consumo, hacia una idea más abarcadora de la nutrición humana que incluya prácticas sociales e ideas sobre la naturaleza. La definición tridimensional de nutrición añade otros elementos además de los nutrientes de los alimentos y su contribución al cumplimiento de lo que, en términos modernos, se ha considerado como “requerimientos diarios” (o simplemente requerimientos). La inclusión de las dimensiones social y medioambiental, ofrece la oportunidad de explorar otros aspectos de la alimentación y la nutrición, tales como las ideas y los conocimientos que intervienen en la producción, la recolección, la transformación, el intercambio, la preparación y el consumo de alimentos.

La dimensión social no sólo refiere al significado social y culturalmente construido de un determinado alimento (que puede abordarse desde la perspectiva antropológica), sino también al uso y la finalidad que los grupos sociales dan a las prácticas alimentarias y a las formas en que se organizan y ejecutan los sistemas alimentarios. La participación y el control de las distintas fases de la producción de alimentos, como el cultivo, la transformación, el almacenamiento y el consumo, influyen en el acceso de las mujeres y los niños a los alimentos como también en sus conocimientos sobre ellos.

La dimensión medioambiental incorporada a la definición tridimensional incluye tanto a las condiciones climáticas y del suelo en las que viven las sociedades humanas, como también a las limitaciones medioambientales que afectan a la organización de la producción de alimentos, y el análisis de los sistemas y metodologías sostenibles aplicados para producir alimentos (es decir, para que puedan continuar en el futuro sin poner en peligro la subsistencia del grupo). Desde una perspectiva histórica, la dimensión medioambiental también puede servir para incorporar las conexiones humanas con el entorno natural en términos de actitudes e ideas sobre el mismo.[42] En el caso de las mujeres y los niños, existían muchos alimentos que eran consumidos por los efectos esperados en sus cuerpos en diferentes momentos de sus ciclos vitales y para diversos

[42] Por ejemplo, la descripción que hace Plinio del uso multicontextual de los productos naturales —muchos de los cuales eran alimentos o se utilizaban como tales— demuestra que la alimentación era una forma, entre otras, en que los humanos establecían una relación dinámica con la naturaleza.

acontecimientos corporales (como amenorrea, leucorrea, hinchazón de mamas, prolapso, etc. en el caso de las mujeres, y destete de la lactancia, dentición, etc. en el caso de los niños). Por lo tanto, las prácticas medicinales también pueden entenderse como formas de interacción con el entorno natural con fines de salud. Alejándonos de una perspectiva estrictamente antropocéntrica de la historia,[43] la dimensión medioambiental nos permite reconstruir las relaciones entre los seres humanos y no humanos como un aspecto importante de la alimentación y la nutrición.

En relación a la nutrición no siempre disponemos de la información necesaria para tomar las decisiones alimentarias correctas. Incluso hoy en día, cuando la información sobre los requerimientos nutricionales humanos es mayor que nunca, una gran parte de la población humana sigue padeciendo malnutrición. Así pues, el desarrollo de los conocimientos sobre nutrición no necesariamente se traducen en sociedades bien nutridas. Además, las elecciones alimentarias no siempre siguen las ideas predominantes sobre nutrición.[44] Lo que proponemos analizar aquí es qué elementos intervenían en la alimentación y la nutrición de las mujeres y niños del mundo romano, integrando las necesidades fisiológicas —necesidades corporales y cuestiones de salud—, las prácticas implicadas en la satisfacción de esas necesidades y las formas de su interacción con el entorno natural para esos fines.

1.2.2. Mujeres y niños

Esta tesis se centra en las mujeres y los niños en el mundo romano. Por ello, relevamos las menciones a ambos grupos en las fuentes escritas seleccionadas. Una cuestión importante a tener en cuenta, sin embargo, es que la información sobre mujeres y niños procede de fuentes escritas por autores varones, y en el contexto de una producción discursiva dominada por varones. Los estudios sobre mujeres y de género han contribuido a mostrar el sesgo elitista y masculino de las fuentes escritas antiguas y su influencia en la imagen resultante de las sociedades del pasado. Para remediar esto, desde estas perspectivas se ha promovido la aproximación a las fuentes históricas orientando la lectura en torno a la búsqueda de información sobre los grupos marginados en los discursos antiguos y prestando atención a los silencios y las omisiones (véase el apartado 1.3). Así pues, las afirmaciones sobre las prácticas y necesidades de las mujeres en las fuentes deben leerse teniendo en cuenta este sesgo. En este sentido, aunque las mujeres en general son el centro de atención, el concepto de género (véase el apartado 1.3) se ofrece como una herramienta útil para enmarcar las

[43] Una crítica a la perspectiva antropocéntrica de la historia ha sido ofrecida por Domanska (2010) en su artículo “Beyond Anthropocentrism in Historical Studies”.

[44] Como afirman Heinrich y Erdkamp, “incluso en la era posmoderna, diversos grados de malnutrición parecen formar parte de la 'condición humana', y no hay indicadores de que esto vaya a cambiar en un futuro próximo. A pesar de una comprensión adecuada de la nutrición y de las capacidades económicas, médicas y tecnológicas para prevenirla, cada año se producen muchos millones de muertes y AVAD [años de vida ajustados por discapacidad] en los países de renta baja a causa de lo que la OMS describe como ‘deficiencias nutricionales fáciles de remediar’ (OMS, 2009) (...). Quizá lo más importante sea que los hogares no suelen seleccionar los alimentos en función de su contenido en micronutrientes, sino de otros atributos. Especialmente cuando los consumidores desconocen sus necesidades nutricionales y las propiedades nutricionales de los alimentos —como podemos suponer que era el caso de los consumidores romanos—, el aumento de los ingresos no conduce automáticamente a una dieta más equilibrada ni a la reducción de la malnutrición” (2018, p. 3).

referencias a las mujeres en el contexto más amplio de las ideas cultural y relacionalmente construidas en la Antigüedad clásica, y en el mundo romano en particular. Por otra parte, se cuestiona la noción de una imagen unificada y coherente de la mujer (en singular), poniendo de relieve los discursos conflictivos y contradictorios, así como las ideas divergentes sobre las mujeres (en plural).

El análisis sobre la niñez presenta aún más dificultades, ya que la información sobre ellos es escasa y a menudo no apunta a individuos concretos, sino que refiere a los niños en su conjunto, o se utiliza como figura retórica para hablar del futuro. No obstante, se recogen las menciones a niños en relación con la alimentación en las fuentes, así como también las ideas y prescripciones de los autores para su nutrición y crianza. Se presta especial atención al embarazo y la infancia como momentos en los que mujeres y niños están vinculados nutricionalmente. En esas etapas, las prácticas de nutrición y alimentación de las mujeres son clave para el desarrollo fetal e infantil; al mismo tiempo, los procesos de gestación y lactancia afectan en gran medida al estado nutricional de las mujeres (sobre este tema, véase el capítulo 2). De ahí que las referencias al embarazo, el parto, la lactancia y la crianza del bebé permitan analizar aspectos de la nutrición de ambos grupos.

En cuanto a los estudios de isótopos estables, nos centramos en individuos identificados como femeninos y subadultos en el registro bioarqueologico existente, aunque teniendo en cuenta las dificultades de sexar individuos y de determinar la edad en especímenes subadultos (véanse los capítulos 2 y 8). Las dificultades que representa la reconstrucción de trayectorias de vida a partir del análisis de los restos óseos nos impiden hacer suposiciones generales, ya que los casos individuales pueden desviarse de la norma. En este sentido, las ideas predominantes que operan en la interpretación de las diferencias basadas en el sexo y la edad evaluadas en el registro esquelético y su traducción en términos de dinámica social (es decir, cómo se interpretan las diferencias entre varones, mujeres e individuos subadultos como diferencias entre hombres, mujeres y niños en un contexto social específico) se analizan a la luz de los últimos debates en el campo de los estudios de género en arqueología.

Existen muchas razones para integrar a las mujeres y los niños en la reflexión sobre la alimentación y la nutrición, aun siendo dos grupos diferentes. Las necesidades nutricionales particulares de las mujeres están estrechamente relacionadas con sus ciclos hormonales y reproductivos, entre los cuales la concepción, la gestación y la lactancia constituyen acontecimientos fisiológicos y sociales relevantes. Las prescripciones culturales y médicas relativas a la alimentación de los niños están generalmente vinculadas a la salud, la nutrición y a las prácticas de sus madres o cuidadores. Del mismo modo, las sugerencias relativas a las necesidades corporales y afectivas de los niños más allá de la infancia suelen dirigirse a las mujeres, que son tradicionalmente quienes realizan las actividades de mantenimiento y cuidado. No obstante, como se ha mencionado anteriormente, ambos grupos han sido tradicionalmente tratados de forma conjunta debido a su asociación con el espacio doméstico. En este sentido, en esta tesis intentamos analizar a mujeres y niños por separado, en la medida de lo

posible. Sin embargo, continuamos haciendo referencia a ellos conjuntamente cuando se ilustran las conexiones entre ambos respecto de la alimentación y la nutrición.

Como ya se ha mencionado en este capítulo (véanse los apartados 1.3 y 1.4), las perspectivas actuales desde el campo de los estudios sobre las mujeres, de género y sobre la infancia en la Antigüedad subrayan la necesidad de elaborar un relato complementario de las actitudes culturales hacia ambos y de revalorizar su agencia con el objetivo de reconstruirlos como sujetos históricos. Considerando esto, intentamos identificar las diversas imágenes sobre mujeres y niños ofrecidas en las fuentes escritas seleccionadas y, al mismo tiempo, buscamos referencias a sus acciones, más allá de los ideales o expectativas culturalmente establecidas. Se hace hincapié en las convergencias y divergencias entre los discursos disponibles, ya que se considera que representan ideas implícitas y, por tanto, generalmente aceptadas, así como también a aquellas nociones que son objeto de debate. En el mismo sentido, proponemos reflexionar en torno a la información bioarqueológica sobre las mujeres y los niños reales que habitaron el mundo romano como forma de contrastar los discursos disponibles con la información procedente del estudio de los restos óseos de las poblaciones romanas. Aunque la combinación de información histórica y bioarqueológica resulta difícil en muchos aspectos, no es nuestra intención hacer que ambos se integren en un escenario coherente, sino más bien reflexionar sobre las posibles conjunciones y distancias entre las pruebas escritas y el registro arqueológico.

1.2.3. El trabajo de mujeres y niños en relación con los alimentos

Las mujeres y los niños habitaron tanto los asentamientos rurales como los urbanos, así como también las esferas privada y pública. Como afirmaron Hemelrijk y Woolf (2013, p. 2), las mujeres y los niños nunca constituyeron una sociedad aparte, por lo que podemos afirmar que ambos formaban parte activa de la vida cotidiana en las sociedades antiguas. Seguramente ingerían alimentos varias veces al día y, aparte de las prescripciones para el embarazo, la lactancia, el destete o en caso de enfermedad, podemos suponer que comían y compartían más o menos los mismos alimentos que los adultos varones.

La producción de alimentos incluye tanto las técnicas, los conocimientos y los procedimientos para el cultivo de los campos y la cría de animales, como también la distribución y el consumo de los frutos de esas actividades, es decir, los productos alimenticios. En el pasado se han ofrecido cifras representativas de las necesidades económicas de un hogar (en términos de tierra, alimentos y trabajo). A menudo las mismas refieren a la actividad de los trabajadores agrícolas, centrándose en el cultivo de los campos y la cría de animales (White, 1976, p. 336; Kron, 2000). Otras actividades productivas, como la recolección y el cultivo de huertos (*horti*), aunque han sido tenidas en cuenta, desempeñaron un papel secundario o complementario, de acuerdo a estos enfoques, sobre la producción de alimentos. El *hortus* (huerta) ha sido relacionado estrechamente con el universo femenino y doméstico, y como la fuente más inmediata y fundamental de alimentos (White, 1976; Frayn, 1979). Es por ello que, a los efectos de esta tesis, la producción de alimentos incluye tanto el

cultivo de los campos, como también la recolección y la horticultura como prácticas regulares propias de la vida agrícola. Por otra parte, se consideran como parte del proceso productivo todos los pasos necesarios para transformar los productos de la agricultura en comestibles, desde su procesamiento y almacenamiento, hasta su comercialización y preparación. Este marco más amplio permite reconocer más claramente la contribución de las mujeres y los niños a la producción de alimentos.

Las decisiones sobre el cultivo de plantas o la cría de animales implican la consideración acerca de las características del entorno, conocimientos sobre los procesos implicados y las posibilidades materiales de llevar a cabo estas actividades. Hay que tener en cuenta que, para la mayor parte de la población del mundo romano, la producción de alimentos no estaba destinada principalmente a su valor de cambio, sino a satisfacer las necesidades de quienes formaban parte del hogar a lo largo de las distintas estaciones del año, las etapas de la vida, las condiciones del suelo y el clima. Dado que los autores agrícolas romanos (Varrón, Catón y Columela) hablaron de la agricultura en el contexto de unidades medianas o grandes (donde se utilizaba principalmente la mano de obra esclava), sus prescripciones no representan las realidades de la mayoría de la población. Sin embargo, ofrecían una imagen de una unidad agrícola rentable, ideal, que dependiera lo menos posible del exterior para su mantenimiento.[45] De ahí que los tratados sobre agricultura pueden ser una fuente de información sobre las actividades productivas necesarias para el desarrollo de una propiedad pero, sobre todo, de los trabajos necesarios para garantizar la subsistencia de cualquier hogar. Es de esperar que el grado de participación en la producción de alimentos variara entre los hogares ricos o las grandes propiedades y los pequeños hogares campesinos o urbanos. Abordamos la cuestión de la participación de las mujeres y los niños en la producción y preparación de alimentos en las distintas unidades, en la medida en que la información disponible lo permita.

Aunque son mencionados en los relatos modernos sobre la alimentación en la Antigüedad, la cuestión de la preparación de los alimentos (transformación de los productos alimenticios en una comida) plantea un problema. La figura del *mageiros/coquus* —carnicero, pero también cocinero—, contextualizada en la representación sacrificial, es característicamente masculina (Garnsey, 1999; Nadeau, 2015). Sin embargo, encontramos menciones que vinculan la preparación cotidiana de alimentos con el trabajo de las mujeres, libres o esclavizadas, en Varrón y en Plinio, por citar algunos ejemplos (Laes, 2019). La preparación cotidiana de alimentos por parte de las mujeres ha sido mencionada con frecuencia en la bibliografía existente, pero no ha sido pensada o concebida como trabajo. En este sentido, se ofrecen argumentos para considerar al trabajo doméstico como tal y para analizar la participación de mujeres y niños en él.

[45] La rentabilidad de la finca es el tema principal de los tratados de agricultura. Esto incluye tanto la subsistencia de la mano de obra (humanos y otros animales) como las tareas necesarias para mantener la productividad vegetal y del suelo de la finca (abono, poda, etc.). En la obra de Catón, por ejemplo, se estipulan raciones de trigo y pan, vino y condimentos para la *familia* (*Agr.* I, 56-57; I, 104) mientras que la *vilica* es la persona encargada de preparar la comida para el *vilicus* y la *familia* (*Agr.* I,143). Varrón se refería a la separación entre los productos que se almacenaban para el consumo futuro y los alimentos destinados a la venta en el mercado (Varr. *R.R.*,I, 67-69).

En efecto, el trabajo de las mujeres en el hogar ha ocupado un rol marginal en los relatos modernos sobre la alimentación en la Antigüedad. Para remediarlo, consideramos los aportes del feminismo marxista en torno a la teoría de la reproducción (Mackintosh, 1977, 1979; Federici, 2018) y el concepto de *actividades de mantenimiento* ofrecidos por González-Marcén, Montón-Subías y Picazo (2008). Además, sugerimos la posibilidad de analizar el esfuerzo físico y nutricional experimentados por las mujeres a lo largo del embarazo, la lactancia y la crianza como "trabajo". Por su parte, el trabajo infantil en el contexto doméstico ha sido incluido, en cierta medida, en los estudios sobre infancia y antigüedad (Laes y Strubbe 2008; Laes, 2011). En este sentido, es nuestra intención contribuir al debate desde la perspectiva de sus vínculos con la alimentación.

En la presente tesis, se incluyen como trabajos relacionados con la alimentación a las diversas actividades que intervienen en la gestión y preparación diaria de los alimentos, así también como su procesamiento, almacenamiento y preparación. En este sentido, la preparación de alimentos y de medicinas se consideran parte de los mismos procesos de recolección y preparación de los productos para su uso futuro, siguiendo las implicaciones del *continuo alimento-medicina* mencionado anteriormente. Se destaca la relevancia del almacenamiento de productos naturales puesto que, por un lado, permitía disponer de alimentos y medicinas para su consumo a lo largo de todo el año y, por el otro, implicaba decisiones respecto de la gestión y el control sobre los recursos del grupo. Fuera del contexto doméstico, también se tienen en cuenta otras formas de trabajo realizadas por mujeres y niños —por ejemplo, su participación en actividades comerciales relacionadas con la alimentación—.

En definitiva, esta investigación pretende comprender las ideas y prácticas en torno al uso de los recursos naturales como alimento para el sustento de la vida humana en el mundo romano, con especial atención a las mujeres y los niños como agentes.

1.3. Fuentes

A lo largo de la tesis se analizan fuentes escritas y bioarqueológicas en relación con las distintas dimensiones de la nutrición. En las páginas siguientes realizamos una breve descripción de las fuentes consultadas, mientras que los detalles sobre su contenido y los debates en curso sobre las mismas se exponen a lo largo de los capítulos. Es importante señalar que ciertos pasajes de las fuentes pueden aparecer en más de un capítulo, puesto que cada capítulo explora una dimensión diferente de la alimentación y la nutrición y, por lo tanto, un mismo extracto puede interpretarse desde diversos puntos de vista.

1.3.1. Tratados médicos

Los tratados médicos seleccionados han estado marcados por su tratamiento de los diversos temas de esta tesis, a saber, la alimentación, la nutrición, la mujer y los niños. A continuación hacemos una breve referencia a los autores de los textos seleccionados y a la información relativa a las versiones y traducciones utilizadas, mientras que en el capítulo 5, analizamos el discurso médico romano y el contexto de la construcción de la autoridad médica.

Aulo Cornelio Celso vivió en el siglo I n.e. (c. 25 n.e. 50 n.e.). Poco se sabe de su vida, excepto por su única obra conservada, *De medicina* (*Med.*), la cual se cree que estaba incluida en una enciclopedia mucho mayor (Spencer, 1935). En ella, presenta a la dietética como una de las principales ramas de la medicina y se refiere al régimen y a los poderes de los alimentos de forma recurrente, principalmente en los cuatro primeros libros. Sorano nació en Éfeso, Asia Menor, en la segunda mitad del siglo I n.e. Ejerció la medicina en Alejandría y más tarde en Roma, y fue representante de la escuela metodista (Temkin, 1956). Su obra sobre ginecología (*Gyn.*) es la más importante de las que se le atribuyen. Se ocupó de la obstetricia y la ginecología y proporcionó numerosas referencias a medicamentos y alimentos para acompañar los ciclos vitales de mujeres y niños. Galeno, por su parte, nació en Pérgamo hacia el año 129 n.e. y ha sido ampliamente reconocido como una fuente médica autorizada en la práctica de la medicina en el mundo occidental. Se formó en medicina y filosofía en los centros más importantes del Mediterráneo oriental y pasó algún tiempo en Roma, donde ejerció como médico personal del emperador Marco Aurelio (Powell, 2003, p. 2). Aunque su obra es muy vasta, hemos seleccionado tres tratados que refieren a la alimentación en particular, o bien a la nutrición humana en general y a la fisiología específica de la mujer, a saber, *Sobre las facultades de los alimentos* (*Alim. Fac.*), *Sobre las propiedades naturales* (*Nat. Fac.*) y *Sobre la utilidad de las partes del cuerpo* (*UP*).

Estos autores analizaron y contribuyeron a la discusión teórica sobre la medicina a través de su obra escrita. Al mismo tiempo, eran médicos en ejercicio. En sus tratados, ofrecían intervenciones terapéuticas, ya fuera en forma de dietética, farmacología o cirugía, y proporcionaban, además, argumentos para demostrar sus ideas, ya fuera en acuerdo con las opiniones de las autoridades establecidas u ofreciendo nuevas perspectivas sobre el arte de la medicina. En este sentido, aunque hacemos referencia al discurso médico romano, es importante señalar que las ideas e interpretaciones de estos autores representan sus puntos de vista particulares y, aunque puede haber coincidencias entre ellos, también es preciso reconocer las distancias entre unos y otros.

Para la obra de Sorano, hemos seguido la traducción inglesa de Temkin (1956). Para la de Celso, hemos leído la traducción literal interlineal inglesa de los cuatro primeros libros de *De Medicina*, por Venables (1837). Para la obra de Galeno, hemos consultado las traducciones inglesa y francesa de *Sobre las facultades de los alimentos*, de Powell (2003) y Wilkins (2013), respectivamente; la traducción inglesa de *Sobre las propiedades naturales* de Brock (1928); la traducción española de *Del uso de las partes* de López Salvá (2010), y el texto latino de la edición de Kühn (1821, Vol. IV). Las

traducciones al inglés de *UP* son nuestras, lo mismo que las traducciones del inglés al español. Para unificar las referencias a los distintos textos de Galeno, hemos seguido la numeración del ofrecida por Kühn.

1.3.2. Los tratados sobre agricultura

Los tratados sobre agricultura de Catón, Varrón y Columela fueron escritos en el marco temporal del período analizado en esta tesis y pertenecen a la misma tradición literaria. La obra *De Agri Cultura* de Catón fue escrita en el siglo II n.e., mientras que tanto la obra de Varrón como la de Columela datan del siglo I n.e. Como ya se ha mencionado (véase el apartado 2.3), los tratados versan sobre las tareas necesarias para la administración de una propiedad agrícola rentable. Incluyen sugerencias sobre el cultivo de la tierra, la cría de animales y el mantenimiento de las infraestructuras y la mano de obra (humana y animal).

Los destinatarios de estos tratados médicos y agrícolas eran los miembros de las élites romanas. Así, aunque existen diferencias en el tratamiento de la agricultura por parte de cada autor, en términos generales reflejan las ideas e interpretaciones predominantes de estos grupos. Como resultado, proporcionan una visión normativa sobre la gestión de la propiedad y el comportamiento esperado de los *domini* (los propietarios) y de la fuerza de trabajo. Como sugirió Rubiera Cancelas (2010), los autores ofrecen imágenes estereotipadas de los personajes implicados en el funcionamiento de la *villa*. Esta observación es significativamente relevante para el estudio de las mujeres y los niños. En este sentido, las referencias a la *vilica* en los tratados parecen condensar en una sola persona femenina un amplio abanico de actividades tradicionalmente desempeñadas por varias mujeres en el contexto de cualquier hogar. Además, dado que entre los oficios de la *vilica* hay muchas tareas relacionadas tanto con la producción agrícola, como con el cuidado de la casa y de los miembros de la unidad, consideramos que los tratados de agricultura son una fuente valiosa para reconstruir las actividades que constituían el trabajo doméstico y de mantenimiento.

1.3.3. La Naturalis Historia de Plinio el Viejo

Plinio nació en Como en el año 23 d.C., estudió en Roma e ingresó en el ejército como oficial a los 23 años, sirviendo en Germania bajo las órdenes de L. Pomponius Secundus, donde fue ascendido al mando de un escuadrón de caballería. A los treinta años, regresó a Roma y estudió derecho. Durante el reinado de Nerón, se retiró de la escena pública. Más tarde, se reincorporó a la vida pública como procurador en España. Cuando Vespasiano accedió al principado, regresó a Roma y fue admitido en el círculo íntimo del emperador. Murió en Estabia en el año 79 d.C. tras la erupción del Vesubio cuando se encontraba al mando de una comisión naval. Escribió sobre varios temas, como la jabalina, la historia de las Guerras Germánicas y oratoria, pero su obra principal —y la única que ha sobrevivido hasta nuestros días— es la *Naturalis Historia* (*NH*).

La *NH* es una fuente compleja. Consta de 37 libros (un prefacio y 36 libros) y, aunque está dedicada al emperador Tito, el autor también menciona que había sido escrita para la "gente común" (NH, praef., 7). Trata un amplio abanico de temas: desde astronomía a zoología, botánica, agricultura, medicina, geografía, geología y antropología. Su objetivo y alcance son únicos: su tema es la "naturaleza" o, en otras palabras, "la vida", y en su narrativa aborda tanto los conocimientos heredados de autoridades antiguas como también el saber común y popular. En este sentido, ofrece una interesante imagen de toda la gama de ideas coexistentes en el universo cultural romano.

Como argumentamos en el capítulo 7, la obra de Plinio refleja las ideas romanas sobre las relaciones humanas con el entorno natural. De ahí que sea una fuente fructífera para analizar cómo el ser humano pensaba la relación con la naturaleza para su sustento y curación. Hemos leído su obra completa prestando especial atención a los capítulos centrales que tratan sobre el reino vegetal y animal y, en particular, a las menciones sobre mujeres y niños. Utilizamos las traducciones al inglés del *NH* de Plinio, de Rackham, Jones y Eichholz (1962-1971), de la Loeb Classical Library, que incluye el texto latino.

Al leer las fuentes antes mencionadas, nos basamos principalmente en las traducciones al inglés y al español, contrastándolas con el texto latino en ocasiones. En términos generales, los traductores utilizaron sistemáticamente el masculino universal, y tradujeron el término latino *homo* y el griego *ἄνθρωπος* como *hombre*. Ésta ha sido una práctica habitual, pero puesto que ésta es una tesis sobre mujeres y niños, es preciso señalar que, en ocasiones, las referencias a los humanos en general y a los hombres en particular se confunden. Esto es problemático, ya que algunas características atribuidas a la humanidad en el texto original, a menudo se interpretan como referidas sólo a los hombres (varones) en la traducción. El componente femenino de la humanidad se pierde y esto influye en nuestra interpretación de los pasajes. En los capítulos siguientes se hace referencia a estas cuestiones con explicaciones más detalladas.

1.3.4. Otras fuentes

Con el fin de contrastar las narrativas normativas y prescriptivas de los autores varones sobre medicina, agricultura y filosofía, hemos recurrido también a otras fuentes de información. El registro inscripcional y visual proporciona evidencias de la presencia de mujeres en el espacio público y en relación con los alimentos, lo que resulta útil para trascender el sesgo masculino de las fuentes escritas. Sin embargo, al tratarse de representaciones idealizadas de la realidad, deben interpretarse con cautela. Hacemos también referencia a fuentes literarias y jurídicas en ciertos momentos, pero el principal foco de atención son los tratados.

Por último, los estudios sobre isótopos estables incluyen información procedente de los cuerpos reales de los habitantes del antiguo mundo romano, lo que nos permite considerar las distancias entre los discursos culturales sobre las mujeres y los niños y sus realidades materiales. Sin embargo, como explicamos en el capítulo 8, el material bioarqueológico tiene sus propios sesgos y las conclusiones

que se derivan de los análisis químicos están muy influenciadas por las interpretaciones históricas actuales. De allí que se incorpore la bibliografía disponible sobre estudios de isótopos estables que trata sobre mujeres o niños en el mundo romano. No obstante, puesto que la bioarqueología no es nuestra especialidad, nuestro análisis se realizará a nivel de las interpretaciones históricas de los resultados y de los lugares comunes que influyen en la imagen resultante de la dieta de mujeres y niños.

1.4. Objetivos y estructura de la tesis

El presente trabajo trata sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano. En contraste con las imágenes predominantes en las interpretaciones históricas actuales, sostenemos que tanto las mujeres como los niños participaban activamente en todos los aspectos relacionados con la alimentación y la nutrición. Frente a una visión centrada en las normas socioculturales y jurídicas, proponemos comprender a la nutrición como el resultado de la interacción entre distintos elementos que operaban en la vida cotidiana de mujeres y niños: las actividades que realizaban, las necesidades y desafíos de sus ciclos vitales específicos, y las ideas socialmente disponibles que subyacían a las interacciones humanas con la naturaleza con fines alimentarios y sanitarios. Así pues, entender la alimentación desde una perspectiva amplia resulta útil para poner de relieve toda la gama de conexiones simbólicas y materiales de las mujeres y los niños con los alimentos.

En los capítulos siguientes, ofrecemos un marco teórico alternativo para el estudio de la nutrición en la historia, siguiendo las líneas propuestas por la definición tridimensional de la nutrición. Así, en el capítulo 2 se analiza la dimensión biológica. Allí, describimos los conocimientos actuales de las ciencias biomédicas sobre la fisiología femenina e infantil, y el papel de la nutrición en ellas. A continuación, exploramos ideas antiguas y modernas sobre la salud y reflexionamos en torno a las problemáticas que surgen en el campo actual de las ciencias médicas y nutricionales a la hora de abordar los procesos y necesidades específicas de mujeres y niños. Por último, presentamos la visión predominante respecto de la nutrición de mujeres y niños que ofrecen las organizaciones internacionales, que desde hace tiempo marcan el tono con el cual se debate este tema.

Por su parte, el capítulo 3 versa sobre sistemas alimentarios. Con el fin de adaptar el marco conceptual de la definición tridimensional de la nutrición para la reflexión histórica, este capítulo ofrece una visión amplia de los acontecimientos políticos y militares que afectaron al funcionamiento general de los sistemas alimentarios romanos dentro de los límites temporales de esta tesis. También se propone explorar elementos característicos de los sistemas alimentarios romanos que afectaron al modo en que individuos y grupos se relacionaron con los alimentos a lo largo de las distintas etapas, desde la producción hasta el consumo. Además, presentamos el concepto de “seguridad alimentaria”, derivado de los estudios actuales sobre nutrición, que refiere a cómo los grupos humanos aseguran la

disponibilidad de alimentos para garantizar la nutrición de las generaciones presentes y futuras. Reflexionamos, finalmente, sobre lo que significa —y significaba en el pasado— la *seguridad alimentaria* para mujeres y niños y el rol que ambos desempeñan en ella.

La dimensión medioambiental, parte de la definición tridimensional de la nutrición, se explora en el Capítulo 4. Para ello, proporcionamos una visión general de los conocimientos actuales sobre el medioambiente del Mediterráneo antiguo y de los debates sobre el cambio climático en época romana. Luego, se exploran los alimentos disponibles en el entorno romano, incluyendo a los alimentos silvestres y considerando la recolección como parte de estrategias alimentarias humanas para hacer frente a los retos medioambientales y económicos. Otros temas tratados en este capítulo son las conexiones entre el medio ambiente y la salud humana, la prevalencia de enfermedades en el entorno mediterráneo, el papel de la nutrición y las respuestas humanas a estas enfermedades. Por último, reflexionamos en torno a la interconexión entre las dimensiones biológica, social y medioambiental a través del concepto del *trilema dieta, salud y medioambiente*. El conjunto de estos tres capítulos pretende ofrecer información contextual para adecuar el marco teórico de la definición tridimensional de nutrición para la reflexión historia y poder formular, posteriormente, una lectura y un análisis tanto de las fuentes antiguas como también de las ideas actuales sobre la nutrición las mujeres y niños en el mundo romano, desde un encuadre alternativo al que subyace a la interpretación dominante en el discurso histórico actual.

En los tres capítulos siguientes se analizan las fuentes escritas romanas seleccionadas. Más allá de su característico tono prescriptivo, las herramientas metodológicas ofrecidas por los estudios de género y sobre la infancia nos permiten comprender cómo estos discursos articulaban imágenes sobre mujeres y niños en correspondencia con las ideas predominantes en las élites masculinas. Adicionalmente, habilitan una lectura que trasciende el nivel explícito del discurso para recoger referencias a las prácticas reales de ambos grupos.

De este modo, en el capítulo 5 analizamos los tratados médicos romanos en busca de explicaciones sobre la nutrición y la fisiología femenina. Los autores médicos romanos construyeron una imagen de la mujer moldeada, en gran medida, por los conocimientos médicos y filosóficos previos. Al mismo tiempo, puesto que sus discursos pretendían ofrecer argumentos convincentes para el público lego, también se vieron influidos por las nociones socialmente compartidas disponibles sobre la fisiología femenina. En este sentido, las ideas sobre una gestión peculiar de los alimentos por parte del cuerpo femenino ayudaban a explicar el acontecimiento cíclico de la menstruación, la capacidad de la mujer para concebir y la lactancia. La maternidad era una consecuencia de ese peculiar funcionamiento de la nutrición en el cuerpo femenino y, en este sentido, se creía que los niños estaban conectados a las mujeres en términos de vínculos nutricionales a lo largo de los períodos de gestación e infancia. Aunque las explicaciones médicas entendían este funcionamiento diferencial de la nutrición dentro de las ideas filosóficas disponibles sobre la “perfección del cuerpo masculino”, los procesos internos de las mujeres en su gestión de los alimentos eran clave para engendrar una nueva vida.

Asimismo, el capítulo 6 explora todas las formas posibles en que las mujeres y los niños establecieron conexiones materiales con los alimentos a lo largo de las etapas de producción y en el desempeño de las labores productivas y reproductivas. Para ello, ofrecemos las elaboraciones teóricas de los estudios del feminismo marxista sobre la reproducción y analizamos los contenidos de los tratados sobre agricultura seleccionadas en busca de referencias a las diferentes actividades productivas y reproductivas atribuidas a las mujeres en el contexto de la propiedad agraria romana. Aportamos pruebas para considerar a las mujeres como participantes activas en todas las fases de la producción de alimentos, realizando actividades clave para transformar los productos agrícolas en alimentos adecuados. Además, proponemos que las actividades domésticas implicaban numerosas decisiones sobre la gestión de los recursos alimentarios como también la preparación y provisión de alimentos y medicinas para todos los integrantes del hogar. Si bien el trabajo reproductivo y de cuidados, tradicionalmente realizado por mujeres no ha sido catalogado como “trabajo”, sostenemos que el mismo debe ser considerado como tal, ya que representa una demanda física y nutricional que se solapa con las actividades regulares de las mujeres. En este sentido, teniendo en cuenta que las actividades que aseguraban el sustento diario descansaban, en última instancia, en el trabajo de las mujeres, es preciso considerar a este trabajo como clave para la *seguridad alimentaria* de su sociedad.

En el capítulo 7, la alimentación y la nutrición de las mujeres y los niños se enmarcan en el contexto más amplio de las ideas romanas sobre las relaciones humanas con la naturaleza con fines alimentarios y de salud. A través de un análisis de la *Naturalis Historia* de Plinio el Viejo, proponemos considerar a la alimentación y la medicina como dos formas posibles —entre otras— en que los seres humanos se relacionan con el mundo natural. Así, analizamos las referencias recurrentes en las fuentes al tratamiento de las afecciones de salud de mujeres y niños mediante el uso de elementos naturales catalogados, a la vez, como alimentos y como medicinas. Argumentamos que, más allá de las explicaciones médicas prescriptivas relativas a la fisiología femenina e infantil y del esbozo de terapias dietéticas y farmacológicas específicas, existía un universo más amplio de interacciones humanas con la naturaleza para la provisión de nutrición y de cuidados médicos. El concepto del *continuo alimento-medicina* nos permite reconstruir las múltiples formas en que se utilizaban estos productos naturales y, en definitiva, ampliar lo que en la actualidad se considera *alimento*. A través del análisis detallado de cuatro ejemplos de sustancias que formaban parte del *continuo alimento-medicina* y que se utilizaban para el tratamiento de afecciones de salud de mujeres y niños, sostenemos que, más allá de los elementos reconocidos como parte de la “dieta romana”, existían recursos alternativos, baratos y fácilmente disponibles sobre los que se disponía de información y que eran efectivamente utilizados.

Por último, el capítulo 8, aunque no refiere directamente a las tres dimensiones, pretende ofrecer una reflexión sobre las consecuencias de la influencia de las ideas históricas predominantes acerca de la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano en las interpretaciones del tema desde otros campos de estudio. En este caso, ofrecemos una revisión de la literatura existente

relativa a estudios sobre isótopos estables en referencia a las mujeres y los niños romanos. La exposición está organizada en tres capas que representan momentos del análisis y de la interpretación de los datos en los que los hallazgos específicos se explican en referencia al contexto social, cultural y material del mundo romano. Sugerimos que una visión alternativa del papel de las mujeres y los niños en la alimentación y la nutrición puede ayudar a interpretar de forma diferente los datos bioarqueológicos.

Como resultado, se pretende aportar argumentos significativos para la revisión de las ideas predominantes que relacionan el estatus social subalterno de mujeres y niños con un estado nutricional deficiente. Se espera que, con la ayuda de un nuevo marco teórico, podamos dejar atrás las ideas sobre la nutrición de mujeres y niños en términos de *suficiente* o *insuficiente* y considerar las múltiples interconexiones entre la salud, los desarrollos sociales y económicos, y la relación de los grupos humanos con el entorno natural.

Las Tres Dimensiones: Aspectos biológicos, socioculturales y ambientales (pasado y presente)

Introducción

El proyecto de la *New Nutrition Science*, al que se hizo referencia en el primer capítulo, afirma que la nutrición se ha entendido tradicionalmente como una ciencia biológica. Sin embargo, puesto que el principal objetivo de la nutrición es mantener la salud humana, Cannon y Leitzmann, voceros del grupo de trabajo, entendieron que este objetivo también estaba interrelacionado con la salud de la población y del planeta (2005, p. 673). De allí que sugirieran incluir otras dos dimensiones: la social y la medioambiental. No obstante ello, la dimensión biológica de la nutrición continúa siendo fundamental en su perspectiva, ya que el conocimiento respecto de la interacción del cuerpo humano con los alimentos resulta crucial para entender cómo mejorar la nutrición. Sin embargo, dado que las ideas médicas predominantes influyen en las intervenciones nutricionales, es necesario revisar las nociones compartidas sobre las necesidades nutricionales de mujeres y niños.

La referencia a mujeres y niños como dos grupos "vulnerables" es un rasgo fuerte de los discursos modernos sobre nutrición. La OMS (2020, p. 10) y la FAO (2010) afirman que ambos grupos son los más expuestos al riesgo de malnutrición. Los argumentos que se esgrimen para sostener esta posición se basan en que las necesidades nutricionales de las mujeres en determinadas etapas de su vida, por ejemplo durante el embarazo y la lactancia, son mayores que las de los hombres, pero que normalmente "consumen una cantidad y variedad de alimentos nutritivos inferior a la de sus homólogos masculinos" (FAO, 2010, p. 2). Al mismo tiempo, se cree que "la malnutrición en las madres, especialmente las que están embarazadas o amamantando, puede establecer un ciclo de deprivación que aumenta la probabilidad de bajo peso al nacer y la mortalidad infantil" (FAO, 2010; p. 1). Como vemos, en estos relatos las biologías femenina e infantil parecen estar estrechamente relacionadas entre sí, y ambos grupos han sido identificados como especialmente propensos a experimentar carencias nutricionales. Las explicaciones que sustentan estas observaciones apelan a una mezcla de razones biológicas, nutricionales, sociales y económicas: el aumento de los requerimientos de hierro y proteínas por parte de las mujeres durante el embarazo y la lactancia, la falta de información nutricional adecuada, el acceso restringido de las mujeres a los recursos, las preferencias culturales por los niños frente a las niñas en lo que respecta a la alimentación, y las desigualdades de género, sociales y económicas. A pesar de todas estas desventajas, se dice que las mujeres están en una posición única para reducir la malnutrición en sus hogares, ya que son las responsables de cultivar, comprar, procesar y preparar la mayor parte de los alimentos que se consumen (FAO, 2010). En consecuencia, la responsabilidad de hacer frente a la malnutrición en nuestros días recae sobre los hombros de la parte de la población considerada más vulnerable.

Las imágenes actuales de la nutrición de mujeres y niños —como las que ofrecen las organizaciones internacionales— moldean en gran medida nuestras ideas respecto del tema en el pasado; por ello, el objetivo de los próximos capítulos es articular un marco conceptual alternativo para el estudio de la

alimentación y la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano siguiendo la definición tridimensional de nutrición ofrecida por la *New Nutrition Science* en *La Declaración de Giessen* (2005). En los capítulos siguientes, nos referimos tanto a los conocimientos actuales como a las ideas antiguas para ajustar este marco conceptual moderno al estudio del pasado romano.

Capítulo 2. La dimensión biológica

Introducción

El objetivo principal de la alimentación es mantener las funciones biológicas básicas, conservar la salud y luchar contra las enfermedades. Si bien los procesos fisiológicos fundamentales implicados en la nutrición humana y el funcionamiento interno del cuerpo humano han sido, a grandes rasgos, los mismos a lo largo de los tiempos, las ideas y los conocimientos sobre la fisiología y la nutrición humanas han cambiado enormemente desde la antigüedad hasta nuestros días. En este capítulo, proponemos un recorrido por los conocimientos y teorías actuales sobre la fisiología y la nutrición de las mujeres y los niños con la intención de destacar los elementos y procesos básicos que intervienen en el funcionamiento de sus cuerpos y cómo los mismos se relacionan con la alimentación. También incluimos recomendaciones dietéticas actuales y ofrecemos algunas reflexiones respecto de cómo se establecen esas sugerencias. Dado que el objetivo principal de la alimentación y la nutrición es mantener la salud y luchar contra las enfermedades, también exploramos qué significa la salud, tanto en la actualidad como en la Antigüedad clásica. Argumentamos que interpretar las necesidades nutricionales de mujeres y niños en relación con un cuerpo estándar implica dejar de lado aspectos clave del funcionamiento de sus cuerpos y de sus necesidades nutricionales específicas. Por último, abordamos las ideas actuales sobre malnutrición y reflexionamos sobre el modo en que estas nociones moldean nuestra imagen sobre la nutrición de mujeres y niños en el pasado.

2.1. Fisiología y nutrición femeninas

Las discusiones actuales en las ciencias biomédicas debaten si las huellas del dimorfismo sexual comienzan en el útero o si aparecen a lo largo de la infancia y la niñez (Touraille, 2013; Marino et al., 2011). Sin embargo, la atribución de un sexo biológico a un recién nacido sigue siendo una práctica médica, social y cultural muy extendida. Aun reconociendo que existe un espectro de formas en que pueden combinarse los órganos sexuales y las hormonas y que los sistemas médicos y sociales tienden a encajarlos a todos en dos categorías, masculino o femenino —a veces tres, añadiendo intersexual—, nos referimos aquí a las generalidades de la fisiología femenina; es decir, a los cuerpos dotados de útero, trompas de Falopio, ovarios, vagina y vulva, capaces de producir gametos y concebir, y con hormonas sexuales, como estrógenos, progesterona y testosterona, responsables de muchos procesos metabólicos no sexuales dentro del cuerpo. En la siguiente sección, ofrecemos una breve descripción de los procesos fisiológicos que experimentan las biologías femeninas y las ideas actuales sobre su nutrición.

La menarquía y el período fértil

Los cuerpos femeninos humanos tienen un período de capacidad reproductiva que comienza con la menarquía (el inicio de la menstruación) y termina con la menopausia (el cese de la menstruación). Sin embargo, a lo largo de este período y aún después de la menopausia, las hormonas sexuales siguen afectando a los procesos corporales. La menarquía se produce durante la pubertad como resultado de complejas interacciones entre las hormonas hipotalámicas, hipofisiarias y ováricas —el eje HPO— (Lacroix et al., 2022) y está precedida por el crecimiento del vello mamario, axilar y púbico, y un aumento de estatura (Rosner et al., 2021). Ahora bien, la nutrición y la capacidad reproductiva se encuentran estrechamente relacionadas: desde la perspectiva biológica se sostiene que es necesario un cierto nivel de grasa corporal para que tenga lugar el inicio de la pubertad, y que esto está mediado por la leptina, una hormona proteica, secretada exclusivamente por el tejido adiposo cuyos receptores se localizan en el hipotálamo. A su vez, se considera que la malnutrición retrasa la menarquía, acortando, como consecuencia, la vida reproductiva de las mujeres (Marino et al., 2011).

La edad de la menarquia ha variado a lo largo del tiempo. Actualmente se produce entre los 9 y los 16 años, con una media de 12,4 años (Pollard, 1999; Lacroix et al., 2021), pero se ha observado una tendencia secular hacia una edad más temprana de menarquía (Frisch, 2005). En la época romana, la edad de la menarquía era más tardía. Según Hin (2013), rondaba los 14 años. Los investigadores atribuyen esta maduración sexual más temprana en época moderna a la adquisición más rápida del “peso crítico” como resultado de mejoras en la nutrición y el cuidado infantil (Frisch, 2005). Durante la pubertad se produce un gran aumento de la grasa corporal —de unos 5 a 11 kg— y un cambio en la proporción entre el peso corporal magro y la grasa. Se calcula que se necesita un “peso corporal crítico” de unos 46/47 kg para que el cuerpo pueda volverse fértil.

La fertilidad y la menarquía no son necesariamente coetáneas. Aunque la capacidad del cuerpo femenino para ovular y reproducirse depende del inicio de los ciclos menstruales y ováricos, existe un período de subfecundidad adolescente en la época moderna —que suele oscilar entre los 16 y los 18 años—. Los ciclos irregulares y a menudo anovulatorios son habituales durante esta etapa, en la que todavía el útero, los ovarios y el oviducto se encuentran en desarrollo.

La distribución y el almacenamiento de la grasa corporal son diferentes en hombres y mujeres debido a la acción de las hormonas esteroideas gonadales. Las mujeres tienden a tener mayores reservas de grasa subcutánea, mientras que los hombres tienden a tener más grasa visceral. La grasa subcutánea tiene tasas lipolíticas más bajas (es decir, la capacidad de descomponer las grasas para liberar ácidos grasos) y, en consecuencia, es más adecuada para responder a cambios metabólicos crónicos, por ejemplo durante el embarazo o la lactancia (Marino et al., 2011). El efecto de las hormonas también se traduce en una composición corporal diferente —siendo los varones más musculosos, con menor grasa corporal— y en la masa ósea. También se observan diferencias de sexo en la respuesta metabólica al ejercicio físico: las mujeres tienen menor gasto energético que los

hombres, por lo que responden de forma diferente al entrenamiento y a la compensación dietética. También se han descrito variaciones en la fuerza esquelética durante el ciclo menstrual femenino, así como también una disminución significativa de la fuerza de la masa muscular tras la menopausia, estrechamente relacionada con el efecto de la disminución de los niveles de estrógenos.

Así, desde la perspectiva de la ciencia de la nutrición, la fertilidad depende directamente de la grasa corporal. Se ha observado que una pérdida de peso moderada —en torno al 10-15% del peso normal para la estatura — provoca amenorrea (ausencia de menstruación) debido a una disfunción hipotalámica; por lo tanto, la delgadez excesiva se asocia a la infertilidad en la mujer (Frisch, 2005). La relación entre la grasa corporal y la fertilidad se basa en la noción de que la reproducción humana impone una gran demanda energética al cuerpo. La grasa almacenada proporciona la energía necesaria para un eventual embarazo y lactancia. Además, el tejido adiposo puede convertir los andrógenos en estrógenos —que ayudan a regular los ciclos menstruales —, influyendo en la cantidad de estrógenos circulantes, incluso después de la menopausia. La grasa corporal también ayuda a regular la temperatura corporal y el equilibrio energético.

Menstruación

El sangrado menstrual forma parte de un acontecimiento cíclico y es la evidencia externa de varios procesos internos. Durante sus años fértiles, las mujeres experimentan numerosos ciclos ováricos y menstruales mediados por la interacción entre el cerebro, las hormonas sexuales y los órganos. El ciclo ovárico es responsable de la producción y liberación de óvulos y de la liberación de estrógenos y progesterona, mientras que el ciclo menstrual —mediado por los estrógenos— prepara el entorno uterino para recibir un óvulo fecundado, mediante el engrosamiento del revestimiento (o endometrio). El suministro de sangre del endometrio proporciona nutrientes para un potencial embrión. Sin embargo, si no se implanta ningún embrión, el revestimiento se rompe y se desprende, como parte de un proceso desencadenado por el descenso de los niveles de progesterona (véase la figura 1).

La duración total del ciclo menstrual es variable, de 21 a 30 días, con una media de 28 días. El período de sangrado también es variable. La primera etapa de este ciclo es la fase folicular (o proliferativa) y dura unos 14 días. El estrógeno es la principal hormona implicada en esta fase, cuya finalidad es el crecimiento de la capa endometrial del útero. A nivel de los ovarios, un folículo primordial madura mientras que los folículos circundantes comienzan a degenerar. La ovulación es la fase siguiente y se produce en torno al día 14 desde el inicio del ciclo. Los altos niveles de hormona foliculoestimulante (FSH) y hormona luteinizante (LH) producen la rotura del folículo y la liberación de un ovocito. La fase lútea (secretora) se produce entre el día 14 y el día 28 y está marcada por el predominio de la progesterona que prepara al cuerpo lúteo (resultante de la rotura del folículo ovárico) y al endometrio para la posible implantación de un óvulo fecundado. El endometrio se prepara segregando moco, ralentizando el engrosamiento del revestimiento y acumulando fuentes de energía en forma de glucógeno. Otro efecto de la progesterona es el aumento de la temperatura corporal.

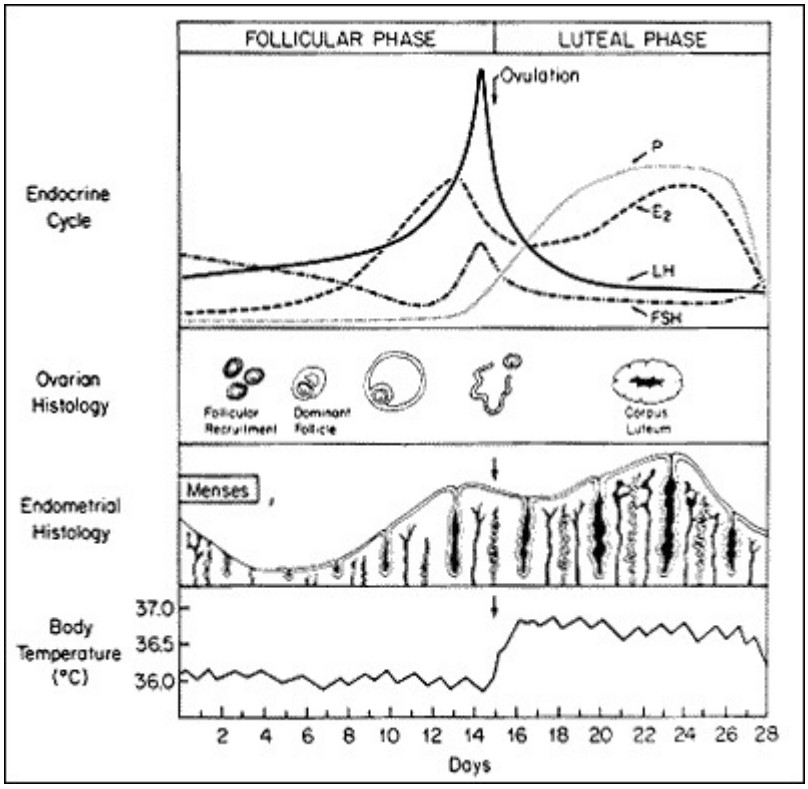
Si se implanta un óvulo fecundado en el endometrio, se produce el embarazo y el cuerpo lúteo persiste, manteniendo los niveles hormonales. Si, por el contrario, no hay óvulo fecundado, el cuerpo lúteo degenera, los niveles de progesterona disminuyen rápidamente, la capa de endometrio ya no puede mantenerse y se produce la menstruación. La sangre menstrual contiene, entre otros elementos, restos de tejido endometrial. El flujo menstrual dura alrededor de 3 a 5 días y la pérdida media de sangre es de 30 ml (Thiyagarajan et al., 2020).

Los ciclos menstruales y estrales (ováricos) se producen por fluctuaciones hormonales que no sólo actúan sobre los órganos reproductores femeninos (ovarios, útero, trompas de Falopio y vagina), sino que también interactúan con otros sistemas. La ausencia de actividad menstrual u ovárica son interpretadas como señales de problemas nutricionales y hormonales. Como se ha comentado, se cree que el peso corporal es esencial para el inicio de la menarquía, y del mismo modo, los investigadores relacionan la grasa corporal con la fertilidad: como hemos mencionado, una pérdida moderada de peso puede provocar amenorrea debido a una disfunción hipotalámica, mientras que un exceso de grasa se asocia con la infertilidad (Marino et al., 2011). Incluso los ciclos menstruales que parecen normales pueden tener una fase lútea acortada o incluso ser anovulatorios —cuando no se produce la liberación del óvulo desde los ovarios—. Aunque se sabe poco acerca de sus causas, estas afecciones han sido relacionadas con dietas deficientes en macro y micronutrientes (Kim et al., 2018; Ryterska et al., 2021).

Las fluctuaciones hormonales en los ciclos normales también afectan la ingesta de alimentos. Desde la perspectiva biomédica se ha establecido que la regulación de la ingesta de alimentos se produce en el hipotálamo, la región del cerebro donde las diferencias relacionadas con el sexo son más pronunciadas. A través de experimentos, los investigadores han observado una menor ingesta diaria de alimentos durante la fase folicular y periovulatoria, es decir, desde el primer día de la menstruación hasta la ovulación (Marino et al., 2011). Mientras que, durante la fase lútea —la segunda mitad del ciclo—, han registrado un aumento del apetito (Nowak et al., 2020).

Figura 1

Las hormonas en los ciclos menstrual y ovárico



Nota. Esta imagen fue extraída de Reed y Carr, 2015, y extraída de Carr y Wilson, 1987.

Embarazo

El embarazo comienza con la embriogénesis, es decir, la fecundación de un óvulo por un espermatozoide. El óvulo fecundado sufre varias divisiones, forma un blastocisto e inicia la implantación en el endometrio materno. En ese momento, la secreción de gonadotropina coriónica (hCG) produce el sustento nutricional del embarazo mientras el blastocisto se convierte en embrión (tras formar tres capas germinales distintas) y comienza la organogénesis —la formación de los órganos principales—. Esta etapa embrionaria dura 8 semanas después de la implantación; entonces, comienza el período fetal (Pascual & Langaker, 2021). Durante este período, la secreción de la hormona hCG y de estrógenos puede provocar náuseas y vómitos, lo que comúnmente se conoce como "náuseas matutinas". La placenta es un órgano fetal temporal que comienza a desarrollarse a partir del blastocisto tras la implantación y crea una línea de suministro de nutrientes entre la circulación materna y el embrión en crecimiento. Tiene un papel clave durante el embarazo, ya que media importantes procesos nutricionales y metabólicos tanto para el desarrollo materno como fetal. La capa externa del blastocisto se convierte en el trofoblasto, que es la capa externa de la placenta. Esta capa se divide en otras dos: el citotrofoblasto y el sincitiotrofoblasto. Este último contribuye a la función de barrera de la placenta (véase la sección siguiente).

La duración del embarazo puede variar, pero entre 37 y 42 semanas de gestación se considera a término (Ninad & Tsukerman, 2021). Al final del embarazo, el feto sale del útero, tradicionalmente por la vagina, aunque en los tiempos modernos la cesárea es una alternativa en determinados casos. En

primer lugar, las contracciones uterinas hacen que el cuello del útero se acorte y se abra; a continuación, el bebé desciende por el canal del parto y es expulsado; por último, la placenta se separa de la pared del útero mediante contracciones y es expulsada. El término "puerperio" designa el período de seis semanas tras el nacimiento en el que el cuerpo materno vuelve al estado anterior al embarazo y el recién nacido se adapta a la vida extrauterina.

En términos evolutivos, el embarazo humano tiene unas necesidades nutricionales modestas, que pueden satisfacerse con un ligero aumento en la ingesta alimentaria (Marino et al., 2011). A pesar de ello, es clave conocer con precisión los niveles iniciales de nutrientes maternos, los requerimientos fisiológicos del embarazo y las mejores formas de compensar posibles deficiencias. Dada la falta de datos experimentales directos sobre los requisitos nutricionales de las mujeres, en general, y durante el embarazo, en particular, las indicaciones dietéticas suelen ofrecer una "dieta segura" para el embarazo. Esta dieta sugerida para el embarazo incluye un alto consumo de verduras y frutas, hidratos de carbono de alta calidad (incluidos los cereales integrales), proteínas procedentes de legumbres, grasas saludables procedentes de frutos secos y semillas, pescado y mariscos, aceites líquidos —con alto contenido en fibra y bajo en azúcares añadidos—, y un bajo consumo de carne roja y procesada (Lowensohn et al., 2016; Allen, 2005). El proceso de organogénesis tiene lugar en las primeras semanas de gestación, por lo que los déficits nutricionales en la gestación temprana pueden comprometer el desarrollo de los órganos fetales. Por otra parte, los déficits en etapas posteriores de la gestación pueden dar lugar a un bajo peso al nacer (Lowensohn et al., 2016). Durante la gestación, el sistema inmunitario de la madre se suprime para proteger al feto. Como resultado, las mujeres embarazadas pueden ser más susceptibles a infecciones. Los patógenos transmitidos a través de los alimentos o el agua son las principales causas de diarrea durante el embarazo. Por eso, no sólo es importante una dieta equilibrada, sino también la higiene y un cuidado adecuado al preparar, cocinar y almacenar los alimentos (Stanner, 2005).

En cuanto a las necesidades de macronutrientes, es necesario aumentar la ingesta calórica durante el segundo y el tercer trimestre para hacer frente al gran crecimiento del feto y la placenta. En este sentido, los hidratos de carbono son la fuente de energía más importante para el organismo. La glucosa, derivada de los hidratos de carbono, es el principal combustible utilizado para el crecimiento intrauterino. Es aconsejable que las mujeres embarazadas elijan hidratos de carbono de alta calidad con un índice glucémico (IG) bajo, como los que se encuentran de forma natural en los alimentos integrales, por ejemplo, cereales integrales, verduras sin almidón, frutas, porotos, arvejas, lentejas y lácteos bajos en grasa (Lowensohn et al., 2016).

La ingesta de proteínas es clave para sostener la creación de los tejidos maternos y fetales durante los períodos de crecimiento, desarrollo o reparación. Son fuentes ricas en proteínas la carne, las aves, los mariscos, los huevos, la leche y los productos lácteos, las alubias, las lentejas, los frutos secos y las semillas. También se encuentran pequeñas cantidades de proteínas en las verduras y los cereales (Lowensohn et al., 2016). La mayor demanda de proteínas se produce durante el segundo y

tercer trimestre (las necesidades diarias son de 20-28g más que los estipulados para las mujeres no embarazadas). Sin embargo, no se recomiendan suplementos de proteínas durante el embarazo (Allen y Graham., 2005).

La grasa es una fuente de energía primaria para el organismo, pero también se utiliza para transportar las vitaminas liposolubles A, D, E y K y para proporcionar ácidos grasos esenciales que el organismo no puede sintetizar. No existen ingestas dietéticas de referencia (IDR) específicas para las mujeres embarazadas, aunque se recomienda fuertemente aumentar la ingesta de ácidos grasos poliinsaturados (AGPI) Omega-3. Los pescados grasos y las nueces son alimentos adecuados para ello (Lowensohn et al., 2016).

La ingesta de micronutrientes durante el embarazo es clave puesto que los minerales y las vitaminas esenciales desempeñan un papel importante en los complejos procesos metabólicos que tienen lugar. Como se ha mencionado anteriormente, las reservas maternas de hierro en el momento de la concepción son un fuerte predictor del estado del hierro materno y del riesgo de anemia ferropénica más adelante en el embarazo (Lowensohn et al., 2016). Si bien se ha sugerido que la dieta materna puede suministrar suficiente hierro como para satisfacer estas mayores necesidades durante el embarazo —especialmente si las reservas maternas de hierro son adecuadas en el momento de la concepción— los suplementos de hierro se siguen recomendando de forma rutinaria a todas las mujeres embarazadas (Allen y Graham, 2005).

El ácido fólico es necesario para el desarrollo del tubo neural, que se produce en los 28 días siguientes a la concepción. Si el tubo neural no se cierra completamente en ese período, puede causar espina bífida o anencefalia. Entre los alimentos ricos en folato se encuentran los porotos, las arvejas, el jugo de naranja y las verduras de hoja verde (Lowensohn et al., 2016).

Las necesidades de yodo aumentan durante la gestación porque la hormona estimulante de la tiroides fetal no se sintetiza hasta la semana 10 a 12 de gestación. Las fuentes alimentarias de yodo incluyen la sal yodada, los mariscos, las algas marinas, el alga kelp y los productos lácteos (Lowensohn et al., 2016).

El calcio y la vitamina D son importantes para mantener huesos fuertes y satisfacer las demandas fetales de mineral óseo. La leche, el yogur, el queso, los jugos enriquecidos, el tofu, los cereales, la col china, la col rizada, el brócoli y el pescado con espinas son fuentes de calcio, mientras que el pescado graso (por ejemplo, el salmón), las yemas de huevo, la leche enriquecida, la margarina, el yogur y el jugo de naranja son fuentes importantes de vitamina D. Las opiniones de los profesionales respecto de la adecuación de la suplementación vitamínica durante el embarazo no son concluyentes. Sin embargo, se suele prescribir folato, calcio y yodo para garantizar unos niveles maternos adecuados (Lowensohn et al., 2016).

El "modelo de amortiguación nutricional materna" (maternal nutritional buffering model)

Desde un punto de vista nutricional, el embarazo es un período particular durante el cual se entrelazan los sistemas materno y fetal. Como ya se ha mencionado, el embarazo y la lactancia suponen un coste energético añadido a las necesidades metabólicas normales de la mujer. A pesar de ello, el metabolismo energético humano es especialmente adaptable durante el embarazo. La grasa femenina almacenada (como resultado de las diferencias entre sexos en el metabolismo de las grasas y en su almacenamiento) está destinada a proporcionar la energía necesaria para el embarazo y aproximadamente unos 3 meses de lactancia. Se reconocen variaciones interindividuales en las respuestas metabólicas al embarazo y son atribuidas a la importante plasticidad o flexibilidad de la fisiología materna, que permite a las mujeres llevar un embarazo a término dentro de un amplio rango de condiciones nutricionales (Goldberg, 2005). Esta *flexibilidad* en el metabolismo energético también funciona de forma protectora: las mujeres desnutridas muestran importantes estrategias adaptativas de ahorro energético que les ayudan a hacer frente a las demandas energéticas adicionales del embarazo y a proteger el crecimiento fetal, incluso en condiciones desfavorables (Goldberg, 2005). Esto no quiere decir que la nutrición materna no sea un factor importante para un desarrollo fetal adecuado. Al contrario, la nutrición y la dieta maternas son elementos clave durante todo el período gestacional, ya que estos mecanismos corporales maternos sólo pueden funcionar con los nutrientes ya disponibles en la circulación materna (Haggarty, 2005). Sin embargo, esto evidencia que el desarrollo del feto no es un resultado directo del estado nutricional de la madre.

Como ya se ha dicho, durante las primeras semanas de gestación, el embrión se nutre directamente de las glándulas endometriales hasta la formación completa de la placenta, lo que ocurre entre la semana 10 y la 12. Las secreciones endometriales suministran carbohidratos, proteínas y lípidos al embrión y, como el endometrio se forma durante la vida fetal de la propia madre, la calidad de su nutrición refleja, en parte, las condiciones nutricionales de la gestación de su abuela. Después de la semana 12, la placenta se desarrolla y media entre las biologías materna y fetal.

El modelo de amortiguación nutricional materna ofrece una interpretación evolutiva de las interacciones nutricionales particulares entre la madre humana y el feto durante el embarazo, teniendo en cuenta fluctuaciones ambientales como la temperatura y la disponibilidad de nutrientes (Thayer et al., 2020). La combinación de una placenta interna y un período de gestación prolongado en los mamíferos euterios desempeñan una función amortiguadora, protegiendo al feto de compuestos nocivos y factores ambientales. En el caso de los humanos, la placenta es el punto de encuentro entre las biologías materna y fetal. Su función principal es proporcionar una mezcla adecuada de nutrientes en cantidades suficientes para apoyar el crecimiento del feto durante las diferentes etapas de la gestación. Cuando la organogénesis tiene lugar, en los dos primeros tercios del embarazo, el feto deposita principalmente proteínas, mientras que durante el final de la gestación, la grasa es el principal elemento depositado, contribuyendo al crecimiento global del feto.

En consecuencia, la superficie de intercambio (es decir, la placenta) aumenta gradualmente a lo largo del embarazo hasta alcanzar unos 10-15m^2 en el último trimestre (Haggarty, 2005).
El sincitiotrofoblasto, la capa más externa de la placenta, es el lugar principal donde tiene lugar el intercambio de nutrientes y gases y las funciones endocrinas y metabólicas. En este sentido, se ha postulado que la placenta funciona como un "sensor de nutrientes" que responde al suministro de nutrientes maternos y a la demanda de nutrientes fetales (Jansson & Powell citado en Thayer et al., 2020). Esto incluye la secreción de hormonas en la circulación de la madre que afectan al metabolismo materno y mejoran el aporte de nutrientes al feto. Por lo tanto, la simple difusión de una molécula a través de la placenta puede producirse en ambas direcciones (del feto a la madre y viceversa). Además de ser un transportador de nutrientes, la placenta también funciona como un órgano adicional para llevar adelante muchas de las transformaciones metabólicas.

Los investigadores han postulado dos vías distintas de transferencia intergeneracional —o materno-fetal— de nutrientes: las que se obtienen exclusivamente de las reservas maternas (micronutrientes esenciales) y las que se regulan homeostáticamente a través de las reservas y la síntesis de novo (macronutrientes). Los micronutrientes, que no son producidos por el organismo y cuya capacidad de almacenamiento es modesta, se transfieren por la primera vía. En consecuencia, deben incorporarse a través de la dieta de la madre. Sin embargo, a pesar de su importancia crucial en la salud y el desarrollo del feto, no se conocen bien las cantidades necesarias para una suplementación adecuada de micronutrientes debido a la falta de datos experimentales en mujeres embarazadas (por razones morales). La segunda vía apunta a los macronutrientes que son, cuantitativamente, los recursos más importantes que necesita el feto: proteínas, grasas e hidratos de carbono proporcionan al feto la energía necesaria para mantener la actividad celular en forma de glucosa. Sin embargo, la ingesta dietética fluctúa a lo largo de las horas, los días e incluso las estaciones; por ello, cuando disminuye por debajo de lo necesario, se moviliza el glucógeno almacenado, seguido del tejido adiposo. Como último recurso, también pueden movilizarse los aminoácidos almacenados en las proteínas musculares. Durante el embarazo, el metabolismo materno da prioridad al suministro de glucosa al feto (Thayer et al., 2020). En resumen, gracias a las múltiples fuentes maternas para satisfacer las necesidades energéticas a lo largo del embarazo, el feto está protegido frente a déficits temporales en la ingesta materna de macronutrientes. Así pues, el estado nutricional de la madre antes de la concepción, más que la dieta durante el embarazo, es clave para la nutrición general del feto. Sin embargo, la mayor necesidad de micronutrientes que no pueden almacenarse en el organismo materno hace que la suplementación de los mismos a través de la dieta sea un aspecto esencial del embarazo humano.

Aunque tanto el estado nutricional materno previo como también la dieta durante el embarazo son relevantes para proporcionar los nutrientes requeridos para sostener los complejos procesos metabólicos en los sistemas materno y fetal, el propio feto desempeña un papel activo en la regulación de la transferencia de nutrientes placentarios (Haggarty, 2005). Como analizaremos más adelante, esto no descarta los efectos perjudiciales de la malnutrición materna, pero puede ayudar a

superar la escasez transitoria de nutrientes. Aunque ambos cooperan, puede haber intereses contrapuestos entre el cuerpo de la madre y el feto: mientras que el objetivo del feto es maximizar sus posibilidades de desarrollarse con éxito, el objetivo de la madre es maximizar su potencial reproductivo, aunque eso signifique sacrificar al feto actual. Como resultado, el feto evalúa el entorno nutricional y ajusta su ritmo de crecimiento en consecuencia (Lowensohn et al., 2016).

La dieta y la nutrición durante el embarazo también afectan a la transferencia de bacterias intestinales entre madre e hijo. Fan et al. (2021) han estudiado recientemente la relación entre el consumo materno de fruta y verdura y las bacterias intestinales de los hijos a los dos meses de edad. Observaron que las madres con un alto consumo de frutas y verduras tenían una ingesta significativamente mayor de macro y micronutrientes que las madres con niveles más bajos de consumo de frutas y verduras (sobre todo de fructosa, fibra dietética, ácido fólico y ácido ascórbico). Además, analizaron el microbioma fecal de los niños a los 2 meses de edad y observaron que la flora de los lactantes cuyas madres habían consumido altos niveles de frutas y verduras estaba asociada a bacterias beneficiosas que prevenían enfermedades inflamatorias y pulmonares. Por el contrario, los bebés de madres que habían consumido menos frutas y verduras mostraron una abundancia de microbiomas intestinales poco saludables, relacionados con enfermedades inflamatorias y de otro tipo que se manifiestan más adelante en la vida.

Lactancia materna

La lactogénesis, o producción de leche materna, se inicia durante la segunda mitad del embarazo, aunque la fase secretora comienza tras el parto. Luego de la expulsión de la placenta, los niveles maternos de progesterona descienden rápidamente, mientras que los de prolactina, cortisol e insulina aumentan. El primer producto es el calostro, un fluido con propiedades nutricionales e inmunológicas (véase la sección siguiente), seguido de una abundante producción de leche. El inicio de la fase secretora puede producirse alrededor de los 2 ó 3 días después del parto. Una vez establecida y mantenida la lactancia, la producción de leche está regulada por la interacción de factores tanto físicos como bioquímicos entre el bebé y la madre (Pillay & Davis, 2021). Durante el período de lactancia, el estímulo de succión del bebé mantiene un efecto supresor sobre los ovarios de la madre, lo que resulta a lo que se ha denominado como "amenorrea por lactancia" (Calik-Ksepka et al., 2022). Las interacciones entre hormonas a nivel del eje hipotálamo-hipófisis-ovario (HPO) afectan a los ciclos ováricos y menstruales normales de la madre dando lugar a una infertilidad temporal que se revierte cuando disminuye la succión.

Aunque el período de amamantamiento puede variar mucho de una persona a otra y puede estar influido por prácticas culturales, esta fase prolonga las conexiones nutricionales entre la madre y el bebé tras el parto. La salud y la nutrición maternas pueden afectar la calidad de la leche y la duración general de la lactancia. Sin embargo, como veremos enseguida, no se trata de una relación directa, ya que el bebé también desempeña un papel en ella. El período de destete representa la transición de la leche materna como alimento principal al cese completo del amamantamiento y la

incorporación de otros alimentos por parte del lactante. Para la madre, significa la conclusión de una conexión directa entre su cuerpo y el del bebé.

Los organismos materno y fetal-infantil establecen complejos vínculos nutricionales no sólo durante el embarazo, sino también después del nacimiento. Durante el período posparto, la díada madre-lactante coopera en la transición de la vida intrauterina a la extrauterina. La lactancia implica mecanismos de retroalimentación entre la madre y el recién nacido. La leche materna constituye una fuente de alimentación compleja, dinámica y específica para el lactante durante los primeros meses de vida. Como se ha mencionado en el apartado anterior, aunque la lactogénesis I se inicia durante el embarazo, el comienzo de la fase secretora —la lactogénesis II— está ligado al alumbramiento de la placenta. El calostro es un fluido espeso de color blanco amarillento y su finalidad es proporcionar leche de bajo volumen que ayuda a los recién nacidos mientras aprenden a regular el ciclo de succión, deglución y respiración durante las tomas (Bryant & Thistle, 2022). Se ha reportado que el calostro es más alto en proteínas pero más bajo en lactosa y grasa en comparación con la leche madura (Bzikowska-Jura et al., 2018) y es rico en componentes inmunológicos. Por esta razón, se ha postulado que su función principal es inmunológica y trófica más que nutricional (Ballard & Morrow, 2013). Se considera que la leche humana es completamente madura entre las cuatro y seis semanas después del parto.

Además de sus cualidades nutricionales, la leche materna también facilita la transferencia de bacterias del intestino materno al neonatal y mejora la inmunidad. En consecuencia, el consumo de leche materna se relaciona con un menor riesgo de afecciones agudas en el lactante, como también de infecciones, diarreas, alergias y diabetes, hipertensión, autoinmunidad y obesidad durante su vida adulta. Aunque se conoce poco respecto de los beneficios de la lactancia para la madre, se ha observado que mejora la remineralización ósea y un retorno más rápido al peso previo al embarazo (Ford et al., 2020).

Las recomendaciones dietéticas para las mujeres lactantes se centran en la mayor demanda de calorías y nutrientes esenciales necesarios para mantener la producción de un volumen suficiente de leche materna que, además, sea de alta calidad. Los mejores alimentos para las mujeres lactantes son las verduras y hortalizas con almidón, las frutas con alto contenido de agua y potasio, los granos de cereales fortificados, los productos lácteos bajos en grasa y ricos en calcio, y una variedad de fuentes de proteínas de origen vegetal o animal (Ford et al., 2020).

Bzikowska-Jura et al. (2018) analizaron las posibles relaciones entre la dieta y la nutrición maternas, y la composición de la leche. Observaron que la leche humana es dinámica, por lo tanto, su composición varía según la hora del día, las etapas de lactancia y el momento de la sesión de lactancia (por ejemplo, hacia el final de la toma la leche es más rica en grasas que al inicio de la misma). Observaron, además, que no existía relación alguna entre la composición de la leche humana y el valor nutricional del consumo diario de alimentos de la madre. En cambio, la concentración de varios nutrientes en la leche se correlacionaba positivamente con la composición

corporal materna en términos de masa corporal y concentraciones de grasa. Como resultado, concluyeron que no es la dieta, sino la composición corporal materna la que podría estar asociada con el valor nutricional de la leche. Al igual que en el modelo de amortiguación nutricional materna, los investigadores interpretaron estos resultados de acuerdo con la hipótesis de que la variabilidad en la composición de la leche humana permite amortiguar las alteraciones en la ingesta dietética materna.

Aunque la leche humana se considera el "gold standard" (“el estándar de oro”) para la nutrición infantil y la lactancia materna exclusiva durante al menos seis meses es altamente recomendada por todo tipo de instituciones médicas y gubernamentales (OMS, 2017, p. IX), existen muchas variables que afectan a la lactancia materna. Según Ford y otros (2020), una combinación de barreras ambientales y fisiológicas (incluida la edad materna, el estado de salud, la cantidad de partos y las prácticas culturales) intervienen en el rendimiento de la lactancia materna. La retención del calostro es una práctica corriente en algunas culturas a pesar de los conocimientos modernos sobre sus beneficios nutricionales e inmunológicos. Además, incluso entre las poblaciones que inician la lactancia tras el nacimiento, la insuficiencia real o percibida de la producción de leche constituye una de las principales razones de su interrupción. Sin embargo, los galactogogos farmacéuticos y botánicos pueden ayudar a revertir esta situación. Los autores afirman que "la lactancia nunca funciona al 100% de eficacia. En este sentido, la díada madre-lactante es un sistema intrínsecamente imperfecto" (p. 4).

En breve retomaremos el tema de la lactancia materna desde la perspectiva de la nutrición infantil. Pero resulta interesante observar aquí que, durante el amamantamiento, las conexiones biológicas madre-lactante son esenciales para garantizar el éxito de la reproducción humana. El vínculo nutricional que comparten llega a su fin en el período de destete, cuando el lactante se introduce gradualmente en la cultura alimentaria adulta.

Más allá de la procreación

El cuerpo femenino experimenta varios ciclos menstruales y estrales durante su vida fértil y, una gran mayoría de mujeres, aunque no todas, experimentan también embarazos y períodos de lactancia. Existen muchos factores que pueden provocar la pérdida espontánea o la interrupción intencionada de un embarazo antes de que el mismo llegue a término. Los embarazos, que terminan en parto o aborto, provocan cambios en la fisiología femenina que afectan a esos ciclos, habilitando o suspendiendo temporalmente la fertilidad de la mujer. Las transiciones entre los ciclos implican ajustes tanto a nivel fisiológico como emocional y sociocultural. Hay muchas formas de afrontar los desafíos particulares que imponen estos procesos. La intervención médica institucionalizada es, hoy en día, la principal forma de tratar las afecciones específicas de estas etapas. En el pasado, en cambio, el uso de remedios naturales, contextualizados en creencias y prácticas culturales específicas, desempeñaron un rol clave en el acompañamiento de las mujeres a lo largo de todas las etapas.

Menopausia

La menopausia marca el fin del período fértil debido al cese de la menstruación y de la actividad folicular ovárica (Silva et al., 2021). Más que un evento específico, la menopausia implica un período en el cual los niveles de estrógeno disminuyen y los ciclos normales se ven afectados. La menopausia se determina clínicamente cuando la menstruación no ocurre por un período de 12 meses. Sin embargo, algunas personas pueden experimentar un período de ciclos menstruales intermitentes e irregulares, conocido como "perimenopausia". Hoy en día, la edad media de la menopausia es de 51 años.

Durante la fase climatérica (la fase de transición de la fertilidad a la menopausia) diversas transformaciones endocrinas caracterizan el fin progresivo de la función ovárica: la pérdida de la fase lútea y el agotamiento folicular provocan una disminución del estradiol (la principal forma de estrógeno) y la disminución de la progesterona. Estos acontecimientos están relacionados con la disminución de la densidad ósea y el aumento del riesgo cardiovascular y metabólico (Silva et al., 2021). Los estrógenos que circulan en el organismo durante los años fértiles ejercen un efecto protector sobre el sistema cardiovascular en las mujeres premenopáusicas. Cuando los niveles de estrógenos disminuyen durante la menopausia, este efecto protector desaparece. El aumento significativo de los niveles de estrógenos en la época moderna puede intensificar aún más los efectos del descenso abrupto de hormonas en la menopausia. La densidad mineral ósea (DMO) también disminuye como consecuencia del descenso de las concentraciones de las hormonas reproductivas. La pérdida ósea, identificada hoy en día como una afección menopáusica, también puede producirse en distintos momentos de la vida de las mujeres, como el embarazo o la lactancia. Las hormonas gonadales (principalmente los estrógenos) también están asociadas a la flexibilidad metabólica, ya que influyen en el modo en que los nutrientes se transforman en energía. Así, la menopausia se asocia a un aumento de 1-2 kg de adiposidad corporal sin que se produzca ningún cambio en el peso corporal (Marino et al., 2011). El prolapso uterino, aunque no es una enfermedad, es una afección que padecen muchas mujeres posmenopáusicas. Generalmente es provocado por partos vaginales múltiples o difíciles, y consiste en el debilitamiento del soporte interno del útero que cae —o prolapsa— por acción de la gravedad. Los estrógenos están asociados a la fuerza de los músculos uterinos; por eso, tras la menopausia, el descenso de los niveles de estrógenos provoca también el debilitamiento del útero.

Conocer cómo afectan al organismo femenino los cambios en las hormonas reproductivas es clave al momento de formular recomendaciones dietéticas que contribuyan a minimizar los efectos perjudiciales de la menopausia. Por ejemplo, el envejecimiento causa que los músculos esqueléticos reduzcan su capacidad para activar la síntesis de proteínas en respuesta a estímulos anabólicos, por lo que un aumento de las proteínas alimentarias puede ayudar a conservar la masa muscular. La ingesta de vitamina D y calcio, por su parte, ayuda a reducir la pérdida de masa ósea y a prevenir la osteoporosis y las fracturas. Como ya se ha mencionado, el alto nivel de estrógenos en el cuerpo femenino tiene un efecto protector sobre el sistema cardiovascular. Este efecto desaparece tras la

menopausia, elevando también los niveles de tensión arterial. En este sentido, Silva et al., (2021) señalaron que la terapia hormonal sustitutiva y las intervenciones dietéticas para disminuir el riesgo de enfermedades cardiovasculares son recomendadas con el objetivo de aumentar el bienestar general de las mujeres posmenopáusicas. Los autores añadieron que el patrón de la Dieta Mediterránea, junto con otros hábitos saludables, resulta beneficioso para las mujeres después de la menopausia. El mismo incluye fuentes de proteínas, principalmente de origen vegetal, frutos secos, pescado o fuentes alternativas de ácidos grasos Omega-3, grasas procedentes principalmente de fuentes vegetales insaturadas, hidratos de carbono procedentes principalmente de cereales integrales, al menos cinco raciones de frutas y verduras al día, y un consumo moderado de lácteos.

2.2. Fisiología infantil

Existen muchas definiciones de infancia y de niñez. Sin embargo, en términos biomédicos, podemos considerar que la infancia comienza con el nacimiento y se extiende hasta el primer año de vida, mientras que la niñez es el período comprendido entre la infancia y la pubertad. Aunque la vida de un bebé comienza al nacer, tras salir del cuerpo materno, el crecimiento y el desarrollo en el útero son igualmente importantes para su vida futura. Por consiguiente, empezaremos analizando la fase fetal.

Fase Fetal

Desde una perspectiva evolutiva, los fetos humanos crecen lentamente para dar tiempo a que crezcan sus grandes cerebros; así, el período gestacional humano dura unos 9 meses. Tras la implantación, las glándulas endometriales suministran nutrientes al embrión hasta las semanas 10 a 12, cuando el canal de suministro entre el cuerpo materno y la placenta está plenamente establecido. La evolución de los órganos principales —organogénesis— se produce al principio de la gestación, entre las semanas 6 y 8 (Donovan & Cascella, 2020), y coincide con el período en el que el embrión obtiene nutrientes directamente del endometrio. Cuando finaliza el período embrionario, inicia el período fetal (Thayer et al., 2020).

La fase fetal se caracteriza por la interacción entre los sistemas materno y fetal, mediada por la placenta. La placenta es un órgano fetal, formado a partir del saco coriónico, que se adhiere a la decidua, una parte modificada del endometrio de la madre (Herrick & Bordoni, 2019). El crecimiento del feto durante la gestación está marcado por la placenta. El feto desempeña un papel activo en este proceso, regulando la transferencia de nutrientes desde el cuerpo materno para satisfacer sus propias necesidades nutricionales. Se considera que las “unidades” materna y feto-placentaria trabajan juntas en términos metabólicos y nutricionales (Haggarty, 2005). Si bien la incapacidad por parte del cuerpo de la madre de aportar cantidades adecuadas de macro y micronutrientes a lo largo de las fases de gestación puede acarrear graves consecuencias para la salud del feto, existen mecanismos de amortiguación que lo ayudan a crecer y desarrollarse a pesar de la existencia

períodos de escasez de nutrientes en la dieta materna (véase el modelo de amortiguación nutricional materna explicado más arriba). Como resultado, aunque la dieta humana varía enormemente entre diversas poblaciones, como afirma Haggarty (2005), el recién nacido humano “sano” es esencialmente el mismo en todo el mundo. Y, salvo en condiciones extremas de hambruna, los bebés humanos llegan a término con los nutrientes mínimos necesarios.

Nacimiento

Se cree que el peso al nacer es un indicador de la salud uterina general y, por lo tanto, un determinante importante de la salud y la supervivencia posterior del niño nacido (Allen, 2005). Los modelos de los orígenes evolutivos de la enfermedad (OEE) (Thayer et. al., 2020) y de programación nutricional temprana (Finn et al., 2018) sostienen que la nutrición materna y la exposición de la mujer a factores ambientales pueden tener efectos persistentes en la función y la salud de su descendencia. Como consecuencia, desde estas perspectivas, tanto la salud y la nutrición maternas como las perspectivas futuras de salud del recién nacido se encuentran entrelazadas. Muchos de los programas actuales de intervención nutricional y de salud durante el embarazo reflejan la preocupación por las posibles interacciones entre las biologías materna e infantil.

El bajo peso al nacer se ha relacionado con deficiencias nutricionales *in utero*, a su vez asociadas a complicaciones de salud en la vida adulta. Desde la perspectiva de la teoría de la programación nutricional los primeros 1000 días de vida de un lactante —desde la concepción hasta los dos años de edad— son considerados un período crítico que puede tener efectos duraderos en el bienestar futuro del individuo (Finn et al., 2018). La leche materna ha sido catalogada como el “estándar de oro” para la nutrición infantil (Atkinson, 2005; Finn et al., 2018), puesto que contiene nutrientes esenciales y en medidas adecuadas, así como también otros elementos bioactivos (por ejemplo, hormonas, anticuerpos, moléculas bioactivas, células madre) (Bzikowska-Jura et al., 2018). La leche animal (de vaca, oveja, cabra, etc.) ha sido utilizada como sustituto de la leche materna desde la antigüedad, aunque su composición de nutrientes es notablemente diferente de la leche humana y su consumo puede provocar trastornos de salud y nutricionales (Dupras et al., 2001; Bourbou et al., 2013).[46] A lo largo del siglo XX, la industria de la leche de fórmula ha realizado enormes esfuerzos para producir alternativas a la leche materna con componentes nutricionales similares a los de la leche humana. Sin embargo, la principal diferencia entre la leche materna y la de fórmula es la fácil biodisponibilidad de los nutrientes en la leche materna, especialmente de algunos oligoelementos

[46] Tanto el artículo de Dupras et al. (2001) como el de Bourbou et al. (2013) hacen referencia al trabajo de Chanarin (1990) sobre las diferencias en la composición de la leche humana con la de otros animales, y a las consecuencias de alimentar a lactantes humanos con leche de cabra: "La leche de cabra es baja en folatos en comparación con la leche humana" (Chanarin, 1990). A esto Dupras et al. agregan que: "Una ingesta inadecuada de folato sérico puede provocar la incapacidad del lactante para absorber hierro, la expansión de la médula hematopoyética y la reducción de los niveles de plaquetas y fibrinógeno en la sangre, lo que conduce a una anemia megaloblástica" (2001, p. 209). Por su parte, Bourbou et al. afirman que: "El uso de leche de cabra como alimento básico en la dieta de los lactantes puede dar lugar a complicaciones graves. Aunque la leche de cabra se considera popularmente similar a la leche humana, es relativamente baja tanto en cobalamina (0,1 mg/L) como en ácido fólico (6 mg/L) en comparación con la leche humana (4 mg/L y 52 mg/L, respectivamente)" (2013, p. 3910).

como el hierro, el cobre y el zinc. Como se ha mencionado, la leche materna puede ofrecer también cierta protección frente a la variabilidad en el suministro de macronutrientes durante la lactancia. No obstante, los niveles de vitaminas y minerales en la leche materna dependen fuertemente de las reservas maternas.

Infancia

La infancia es un período de rápido crecimiento. Durante las primeras semanas de vida, el recién nacido se adapta a la vida extrauterina, principalmente en lo que respecta a sus sistemas circulatorio, respiratorio, endocrino, gastrointestinal y renal (Doherty et al., 2021). El calostro y, posteriormente, la leche materna proporcionan todos los nutrientes para las primeras etapas de vida. La lactancia materna contribuye a mejorar la nutrición y también provee ventajas inmunológicas. Alrededor de los 6 meses, los dientes comienzan a erupcionar y la incorporación de alimentos sólidos complementarios a la leche materna marca un hito importante en la vida del lactante. La fase de destete comprende el período durante el cual el bebé empieza a comer alimentos sólidos y reduce la ingesta de leche materna hasta su completa interrupción. Este proceso puede variar entre individuos y a través de las sociedades. En cualquier caso, representa la introducción del bebé en la cultura y las prácticas alimentarias de su familia. Al mismo tiempo, la influencia protectora de la leche materna desaparece, siendo un proceso desafiante para el sistema inmunitario del bebé.

La ingesta media de nutrientes para lactantes de 0 a 6 meses se calcula a partir de las concentraciones medias de dichos nutrientes en la leche humana. Sin embargo, la composición de la leche materna cambia con el tiempo y es difícil medir la cantidad de leche materna consumida (Lawson, 2005; Atkinson, 2005). Los requerimientos energéticos son máximos durante los primeros meses de vida y disminuyen gradualmente desde el primer año de edad hasta la pubertad, cuando vuelven a aumentar. Las necesidades de proteínas son elevadas durante el primer mes de vida (Lawson, 2005) como también lo son los requerimientos de micronutrientes durante la infancia, dado que son fundamentales para la formación de nuevos tejidos (Poskitt, 2005). La carencia de hierro, zinc y calcio se ha asociado con el desarrollo de trastornos en las enzimas cerebrales que regulan el apetito, causando la pica (o kissa), o la práctica de comer artículos no comestibles (Advani et al., 2014).

La adecuada alimentación de los lactantes es el resultado de complejas interacciones entre la dieta, la nutrición y la cultura. Esto significa que no se trata sólo de los efectos de los alimentos en su fisiología, sino también de las prácticas relativas a la alimentación y a la salud que afectan su desarrollo. Como ya se ha mencionado, el impacto del consumo materno de frutas y verduras en el microbioma intestinal del lactante puede afectar positiva o negativamente al sistema inmunitario del niño en su vida postnatal.

El destete es un período variable que abarca desde la introducción gradual de alimentos complementarios a la leche materna, hasta el cese completo de la lactancia y la integración del lactante en los patrones de alimentación del adulto. Se trata de una fase de especial vulnerabilidad para los niños, ya que desaparecen los mecanismos de amortiguación de la lactancia y la exposición

a nuevos alimentos y agentes patógenos puede provocar enfermedades. La transición de una dieta rica en grasas y basada en la leche materna, a la de los adultos debe ser gradual. Las infecciones gastrointestinales que provocan diarrea, debidas tanto a la inmadurez del sistema inmunitario como a la falta de higiene, son frecuentes en los niños (Poskitt, 2005). El uso de alimentos de destete ricos en ácido fítico, un fuerte inhibidor de la absorción del hierro, puede contribuir a provocar una anemia. La anemia ferropénica es frecuente en niños de todo el mundo. A diferencia de lo que ocurre en los adultos, la prevalencia de la deficiencia de hierro y de la anemia ferropénica es mayor en los niños que en las niñas (Marino et al., 2011). No hay consensos respecto de cómo debe realizarse el destete, aunque se han proporcionado algunas directrices generales. Por ejemplo, la fibra debe introducirse gradualmente a partir de los 6 meses de edad para compensar la acción de los oligosacáridos presentes en la leche materna y que contribuyen a la modulación y maduración del sistema inmunológico y al funcionamiento intestinal del bebé. Sin embargo, el consumo de cereales integrales, legumbres y frutos secos puede afectar aún más a la biodisponibilidad de micronutrientes de otros alimentos (Lawson, 2005).

Infancia y pubertad

Aunque en la práctica biomédica el sexo se establece al nacer, la incidencia de las diferencias basadas en el sexo en el metabolismo, que influyen en el crecimiento y la composición corporal desde el nacimiento, es una cuestión muy debatida. Marino et al. (2011) afirman que las diferencias basadas en el sexo se inician en el útero, y que los niños crecen más rápido que las niñas. Esto está relacionado con la interacción entre la placenta y el organismo materno. Según los autores, esta diferencia se traduce en un mayor peso al nacer de los niños en comparación con las niñas. Durante la lactancia, también se cree que la calidad y la duración del amamantamiento materno son diferentes en función del sexo asignado al niño. Desde su punto de vista, las prácticas culturales diferenciales en materia de cuidados y atención, que favorecen a los niños en detrimento de las niñas, también pueden influir en el resultado de la lactancia y el crecimiento infantil. No obstante, la preferencia cultural por los niños en detrimento de las niñas no debe considerarse una práctica universal (Rousham, 1999). En la misma línea, Marino et al. (2011) observaron que, durante la infancia, la grasa corporal se distribuye de forma diferente en niños y niñas, presentando estas últimas más grasa subcutánea que los primeros. La grasa subcutánea desempeña un papel crucial en las mujeres sexualmente maduras en caso de embarazo y lactancia.

Las necesidades nutricionales de los lactantes y los niños son cuantitativa y cualitativamente diferentes de las de los adultos. Dado el ritmo de crecimiento acelerado que experimentan en la infancia, desde las ciencias biomédicas se utilizan referencias antropométricas para determinar tanto el desarrollo normal como el anormal: el tamaño corporal y la velocidad de crecimiento se definen como aproximaciones para la evaluación del estado nutricional de lactantes, niños y adolescentes. La velocidad de crecimiento varía en función de la edad —a medida que los niños maduran, las tasas de crecimiento se ralentizan—, y la propia edad se utiliza como indicador indirecto general de la velocidad de peso (Lawson, 2005). El hecho de no ganar peso al ritmo esperado suele interpretarse

como prueba de un estado nutricional en declive, aunque cruzar los centiles hacia arriba o hacia abajo de las tasas establecidas es bastante común, ya que los lactantes expresan su potencial genético de crecimiento en un entorno postnatal (Poskitt, 2005). La infancia también es una época importante para el depósito de mineral óseo y el desarrollo de la masa ósea máxima (MMO).
La pubertad implica cambios hormonales, físicos y emocionales. El hipotálamo controla el inicio de la pubertad, que puede tener lugar desde los 6 años de edad (Brehl y Caban, 2021). No obstante, las señales externas de la pubertad son visibles más tarde: en el caso de las niñas, incluyen el desarrollo mamario, los cambios morfológicos vaginales y la presencia de flujo blanco, seguidos por el crecimiento del vello púbico y la menarquía —el inicio de la menstruación—; mientras que en el caso de los niños, los rasgos del desarrollo incluyen el agrandamiento testicular, el crecimiento del vello púbico y facial y los cambios en la voz. Los cambios en la pubertad permiten que los sistemas reproductivos sean plenamente funcionales, mientras que los cambios endocrinológicos afectan también a otros sistemas del cuerpo. Las variaciones en la cronología de la pubertad pueden deberse a la combinación de factores genéticos y ambientales.

2.3. Salud y nutrición

¿Por qué comemos? Puede haber muchas respuestas a esta pregunta, pero todas ellas serían parciales. Comemos para satisfacer nuestros deseos, pero también para mantener nuestro cuerpo en funcionamiento; por placer y por necesidad. Sin embargo, independientemente de la frecuencia o la cantidad de lo que comamos, el resultado final esperado de nuestras prácticas nutricionales es conservar la salud. Esto no excluye la posibilidad de darse un capricho ocasional en épocas de abundancia, ni la experiencia de períodos de escasez en los que la comida puede no proporcionar una nutrición adecuada. Pero, dado que nuestro cuerpo necesita constantemente material para desarrollar sus procesos metabólicos y que los alimentos no siempre están disponibles, el objetivo de establecer un equilibrio entre lo que el cuerpo necesita y lo que efectivamente comemos es clave. Así pues, la nutrición, en el contexto más inmediato de nuestro cuerpo, tiene por objeto satisfacer nuestras necesidades y garantizar la continuidad de nuestra vida. La salud, en estrecha relación con la nutrición, es un tema recurrente en el discurso médico romano. Y dado que nuestras ideas actuales sobre la salud pueden diferir de las de los antiguos romanos, exploramos a continuación las posibles definiciones de salud y su relación con la nutrición de mujeres y niños.

Salud (pasado y presente)

En el volumen editado en 2005, titulado *Health in Antiquity* (La salud en la Antigüedad), Helen King afirmaba que nuestra sociedad moderna opera con dos definiciones contrapuestas de la salud: por un lado, la procedente de las ciencias biomédicas, que considera la salud como la ausencia de enfermedad; y por el otro, una interpretación social de la salud, basada en la definición ofrecida por la OMS en 1946, que apunta a "un estado de completo bienestar físico, mental y social y no

meramente la ausencia de enfermedad o dolencia" (Gordon, 1976, p. 42; Polunin, 1977, pp. 87-8, citados en King, 2005). Según la autora, esta definición social de la salud ha sido ampliamente rechazada por las ciencias médicas porque incluye el bienestar, algo que no está sujeto al control médico. No obstante, cualquier búsqueda en Google arrojará como resultado principal la definición de la OMS, que apunta a una comprensión más amplia y completa de la salud; una que trasciende la mera evaluación médica de la ausencia de enfermedad e incorpora la sensación de bienestar del individuo.

Del mismo modo, King reconoció que en la antigua Grecia coexistían dos perspectivas sobre la salud y la enfermedad: una que planteaba que el estado original de la humanidad era la salud, apoyada tanto por discursos míticos como médicos; y la otra, sustentada en la obra del autor hipocrático de *Sobre la Medicina Antigua*, que argumentaba que el estado original del ser humano era la enfermedad, como resultado de comer alimentos crudos y sin cocinar. Este estado original de enfermedad podía superarse siguiendo una dieta adecuada creada por médicos (2004, pp. 7-8).

Tanto si se creía que el estado original de los humanos era la salud como si se pensaba que era la enfermedad, las referencias en los tratados médicos grecorromanos apuntaban a la necesidad de que la vida humana —y los cuerpos humanos— estuvieran en consonancia con el funcionamiento de la naturaleza. Como veremos en el capítulo 5, la medicina romana no se regía por una ortodoxia, por lo que coexistían diferentes definiciones y concepciones sobre el funcionamiento del cuerpo y sobre las intervenciones necesarias. Sin embargo, en términos generales, se consideraba que una persona estaba sana cuando todas las partes de su cuerpo y todos los procesos fisiológicos funcionaban *de acuerdo con la naturaleza* (*kata physin*). Por el contrario, cuando alguna parte del cuerpo funcionaba *en contra de la naturaleza* (*para physin*), era necesaria la intervención médica para volverlo a la normalidad. Entonces, si bien no existía una definición unificada de salud en la época romana —y lo mismo podría decirse para nuestros tiempos—, es interesante observar que tanto en la concepción hipocrática de la salud como en la de Galeno, la alimentación desempeñaba un papel esencial. Se creía que una dieta adecuada y equilibrada era la base de un cuerpo sano.

Las ideas sobre la salud también implican ideas sobre la falta de ella: la enfermedad y las dolencias son el lado reverso de la salud. Mientras que la primera apunta a anomalías estructurales o funcionales en el estado de un organismo, y por tanto representa un enfoque biomédico, la segunda refiere a la experiencia de un malestar por parte del paciente; de la misma manera en que se recoge en la definición de la OMS, no sólo la inexistencia de enfermedad conduce a la salud, sino también el sentirse bien En el primer capítulo del volumen editado por King, Arnott (2004, p. 13) afirmaba que la enfermedad en el ser humano era el reflejo de una mezcla de herencia genética, ecología y la relación con los elementos con los que comparte su entorno. Desde este punto de vista, tanto la salud como la enfermedad, aunque centradas en los acontecimientos fisiológicos del individuo, se enmarcan en los entornos sociales y ecológicos más amplios.

La salud es un hecho social antes que individual. Las causas de una enfermedad eran tan importantes como su tratamiento adecuado en la época romana, y lo mismo ocurre en la actualidad. Aunque la existencia de médicos profesionales en el mundo romano está ampliamente documentada

(Flemming, 2000; Nutton, 2004), es probable que, en la práctica, familiares o vecinos trataran las dolencias y proporcionaran los cuidados adecuados para el restablecimiento de la salud del individuo enfermo. También hay que tener en cuenta que la salud y la enfermedad no son estados claramente definidos, y que la oscilación entre uno y otro (y la superposición ocasional entre ambos) es un hecho común en todos los seres humanos. Así pues, tanto la enfermedad como la salud son transitorias. Por otro lado, las evidencias de cuidados y atención médica tanto en fuentes escritas como en el registro arqueológico no sólo nos permiten dar cuenta la existencia o prevalencia de una afección, sino que también nos informan sobre las intervenciones sociales para tratar y curar las enfermedades.

En el pasado, tanto las enfermedades como las dolencias se trataban con productos naturales (ya fuera por indicación médica o siguiendo costumbres sociales y culturales). Como analizaremos en el capítulo 7, en el marco cultural romano —como también en otras épocas y lugares— los productos naturales se utilizaban de múltiples formas, siendo el uso como alimento y medicamento los más destacados. El concepto del *continuo alimento-medicina* apunta al uso multicontextual de los productos naturales (Etkin & Ross, 1982; Leonti, 1992; Totelin, 2015). Comer no solo servía para mantener el cuerpo en funcionamiento, sino también para curarlo. Más aún, abstenerse de comer (mediante el ayuno) y purgar de la comida ya ingerida (mediante el vómito o las heces) también eran formas en las que la comida se relacionaba con la salud.

Algunas enfermedades dejan marcas en el cuerpo y a nivel del esqueleto, mientras que otras no. La paleopatología estudia las enfermedades y lesiones en las poblaciones del pasado mediante una combinación de la información extraída de los restos humanos disponibles (esqueletos, coprolitos, tejidos momificados, etc.) y otras fuentes históricas disponibles. Los procesos infecciosos de larga duración, como la carencia grave o crónica de hierro, la deficiencia de vitamina C y otras afecciones relacionadas con la nutrición, producen a menudo marcas en el esqueleto, por lo que pueden ser identificadas y descritas por los investigadores modernos. Sin embargo, la interpretación de estas señales dista mucho de ser sencilla. Las marcas visibles en el esqueleto pueden tener varias causas, por lo que es difícil diagnosticar una patología con exactitud. Por ejemplo, en el registro esquelético romano se atestiguan hiperostosis porótica y cribra orbitalia —comúnmente asociadas a formas graves de anemia—. Sin embargo, las explicaciones relativas a su etiología y las extrapolaciones al conjunto de la población pueden ser engañosas (Heinrich & Erdkamp, 2018, p. 1017). Además, la existencia de marcas relacionadas con enfermedades nutricionales a nivel de los huesos significan que el individuo vivió lo suficiente (es decir, su cuerpo luchó contra la enfermedad durante un tiempo considerable) como para desarrollar una respuesta esquelética. Así pues, también en este caso debemos tener en cuenta el contexto social en el que un individuo logró continuar con su vida, a pesar de su enfermedad. El estudio de caso presentado por Gismondi et al. (2020), detallado en el capítulo 8, nos invita a interpretar las vidas humanas más allá de la dicotomía entre salud y enfermedad.

El sexo, el género y la edad en relación a la salud y la enfermedad

> Los recientes avances de la propia biología han complicado esta cuestión, ya que ahora es obvio que el "sexo" no es una característica única, impresa en el organismo en el momento de la concepción. Más bien, el sexo biológico está continuamente en estado de negociación, reflejando una larga secuencia de interacciones entre genes, hormonas y el entorno uterino y extrauterino. Además, incluso en el organismo completamente formado, no siempre está claro si la enfermedad se debe al propio sexo (cromosomas, hormonas o anatomía) o al propio género (cómo influyen en la propia existencia como ser social las nociones de roles masculinos o femeninos y las diferencias de poder que los acompañan). (Green, 2002, p. 5)

Tanto la salud como la enfermedad son experiencias corporales y, como tales, las interpretaciones sobre el funcionamiento de los cuerpos humanos se vuelven relevantes. Tradicionalmente, las ciencias biomédicas modernas han entendido al sexo como una realidad biológica que distinguiría a los machos de las hembras, una característica básica del dimorfismo humano. Las diferencias fisiológicas entre los sexos se interpretaban en un marco dicotómico —masculino/femenino—, que reificaba el sexo como la principal variable independiente entre los humanos.

A lo largo del siglo pasado, el desarrollo de los estudios de género, principalmente en las ciencias sociales, centró su atención en las experiencias que resultan de vivir en un cuerpo sexuado. Como consecuencia, se propuso la idea de que el *sexo* y el *género* eran dos dimensiones diferentes del ser humano: mientras que el *sexo* estaba arraigado en la biología de una persona, el *género* comprendía los papeles y valores culturales atribuidos al sexo previamente determinado. La investigación antropológica sobre la salud desde esta perspectiva de *sexo* y *género* como aspectos diferentes ha contribuido enormemente al plantear la necesidad de un enfoque biocultural, en el que la colaboración entre científicos de la biología y de las sociales ayudara a arrojar algo de luz sobre las experiencias de salud y enfermedad desde el punto de vista del *género* (Pollard, 1999). A pesar de ello, la noción de que el *sexo* constituye un hecho biológico, mientras que el *género* se contruye social y culturalmente, dió prioridad causal y temporal a la biología, convirtiendo al sexo biológico en el determinante clave de las diferencias en la salud humana (Springer et al., 2012).

Como se mencionó en el capítulo anterior, la dicotomía entre *sexo* y *género* y su supuesta correspondencia con el par biología/cultura han sido reinterpretadas por Butler (1990) como pertenecientes al mismo proceso de significación cultural (véase el apartado 1.3). Como consecuencia, el concepto de *género* pasó a incorporar tanto los mecanismos discursivos de significación social mediados por la cultura y el poder, como también aquello que antes se consideraba un hecho "dado", "biológico" o incluso "neutro".

Pero si bien la contribución de Butler ha tenido un gran impacto en las reflexiones filosóficas sobre el género, las ciencias biomédicas aún se enfrentan a la necesidad de explicar el cuerpo humano dimórfico. Por lo tanto, las referencias al *sexo* siguen siendo relevantes en el discurso médico sobre

salud y nutrición. Marino et al. (2011) argumentaron que, en su trabajo, ambos términos se encontraban vinculados como forma de abordar las complejidades de la interacción entre el sexo y el género en términos de las diferencias y similitudes respecto de la salud entre los seres humanos. Springer et al., por su parte, propusieron considerar al *sexo* y *género* como "enredados" con el objetivo de trascender la costumbre heredada de atribuir las diferencias de salud a una diferencia biológica primaria —sexual— sobre la que el género operaba. Asimismo, reconocieron que la conexión entre estos dos conceptos formaba parte de la misma experiencia de género tanto de la salud como de la enfermedad. De esta manera, los autores conceptualizaron el "sexo/género" "como un dominio de fenómenos complejos que son simultáneamente biológicos y sociales, en lugar de un dominio en el que lo social y lo biológico 'se solapan'" (2012, p. 1818).

La noción de dimorfismo sexual y el marco dicotómico concomitante masculino/femenino, heredados de la ciencia biomédica moderna, contribuyeron a reforzar la idea de que las diferencias basadas en el sexo eran una variable clave para comprender las diferencias en la salud entre humanos. En este sentido, la reflexión desde el campo de la bioarqueología en torno a cuestiones relativas al sexo, género y salud en las poblaciones antiguas, puede resultar útil para arrojar algo de luz sobre las limitaciones que derivan de la diferenciación de los individuos en función del sexo presentes en las investigaciones biomédicas actuales. En el contexto de la investigación bioarqueológica, Agarwal (2012; p. 324) sostiene que al separar a los individuos en función de su sexo biológico corremos el riesgo de crear un grupo social *a priori* basado en rasgos biológicos seleccionados. En el mismo sentido, y con el objeto de proporcionar ideas para definir procedimientos adecuados para la realización de investigaciones sobre la salud humana, Springer et al. (2012, p. 1822) señalaron los inconvenientes de considerar el sexo masculino y femenino como la división fundamental entre los seres humanos. Los autores sostienen que tal criterio permite que las expectativas respecto de las diferencias entre hombres y mujeres se inmiscuyan en la investigación científica, incluso cuando no existen motivos empíricos para ello. A su vez, destacaron la importancia de observar y describir las variaciones dentro de cada una de las categorías sexuales junto con las tradicionales diferencias entre sexos.

El cuerpo estándar

Una característica particular de los estudios sobre salud y nutrición es la referencia a un *individuo normal* o *estándar.* La ciencia de la nutrición moderna se dedica tanto al estudio de las necesidades nutricionales humanas —nutrientes y elementos necesarios para que el organismo realice las funciones fisiológicas básicas—, como a las recomendaciones para que los individuos satisfagan esas necesidades mediante la alimentación y/o la suplementación.

Hay que tener en cuenta varias cuestiones sobre las necesidades nutricionales y las recomendaciones dietéticas. Existe un consenso general entre los investigadores de la salud y la nutrición de las mujeres en que las ciencias biomédicas modernas han considerado tradicionalmente un *cuerpo estándar*, un *individuo medio* o un *paciente normal* que ha sido sistemáticamente de sexo

masculino (Pollard, 1999; King, 2005; Springer et al., 2012). Marino et al. (2011) sugirieron que la causa de ello es que: "las mujeres han sido históricamente excluidas de los estudios de investigación. En consecuencia, la mayoría de las recomendaciones modernas se basan en estudios realizados predominantemente en hombres de mediana edad" (p. 4). Esto da lugar a lo que los autores han denominado *ceguera de género* (gender blindness), o la incapacidad de reconocer las diferencias basadas en el género aún cuando son significativas.

Por este motivo, las referencias a las necesidades nutricionales reflejan en realidad las necesidades del *cuerpo adulto masculino estándar*, pasando por alto las evidentes variaciones entre individuos y, lo que es más importante, las necesidades específicas de los cuerpos femeninos. En términos de intervención y práctica médica, la *ceguera de género* hace pasar como desviaciones o anomalías los procesos fisiológicos normales de las mujeres. Por ejemplo, la deficiencia de hierro se considera principalmente un problema nutricional de las mujeres puesto que se la suele atribuir a la pérdida de sangre durante la menstruación.[47] Como señaló King (2005, p. 151), la exclusión de las mujeres de la investigación farmacéutica expone peligrosamente a las mujeres a tratamientos médicos con fármacos que sólo han sido probados en hombres. Incluso en los casos en los que se proporciona una *referencia femenina estándar* para la nutrición, el problema persiste, puesto que las variaciones entre las condiciones biológicas y socioculturales entre las mujeres también varían enormemente. Resulta imperioso desarrollar un enfoque interseccional tanto en la investigación como en la práctica de la salud y la nutrición, para poder incorporar las variabilidades de los cuerpos femeninos en los análisis (King, 2005, p. 154). En general, el sesgo androcéntrico del pensamiento biomédico ha

[47] El hierro es un micronutriente crítico para el correcto desarrollo fetal y la lactancia, dado que es un mineral esencial necesario para la división de tejidos, como sucede en el endometrio. El metabolismo del hierro es diferente en hombres y mujeres (Mintz et al., 2020). Las mujeres sufren pérdidas periódicas de sangre a través de la menstruación, y eventualmente experimentan embarazo y lactancia, eventos que causan desregulación del hierro y pueden derivar en una deficiencia de hierro. La anemia es un trastorno sanguíneo común en el que los glóbulos rojos y la hemoglobina son más bajos de lo normal. Esto dificulta la capacidad de transportar oxígeno a todos los tejidos y órganos del cuerpo. Aunque la etiología de la anemia es muy compleja y puede tener otras causas, la deficiencia de hierro es la causa principal de la anemia en todo el mundo (Marino et al., 2011). Actualmente, la carga de la anemia se concentra en el sur global (es decir, el hemisferio sur, ocupado en su mayoría por países en desarrollo). Hoy en día, incluso cuando existen muchos avances en el diagnóstico médico y en los suplementos, la deficiencia de hierro sigue siendo un problema de salud pública (Alarcón Basurto, 2020). La principal fuente de hierro son los alimentos. Así pues, la incapacidad de satisfacer las necesidades de hierro del organismo o la recurrencia de afecciones subyacentes que dificultan su correcta absorción pueden causar distintos grados de anemia ferropénica. En los casos leves, sin embargo, esta afección puede mejorar.

Las necesidades fisiológicas de hierro durante el embarazo son mayores debido a la expansión de la masa de glóbulos rojos y a la necesidad de un aporte adecuado de hierro para la función placentaria y el crecimiento del feto. Si las reservas maternas de hierro son insuficientes, y además se combinan con una absorción inadecuada de hierro, la deficiencia de hierro puede provocar anemia. La anemia durante el embarazo puede provocar bajo peso al nacer, mayor mortalidad de la madre y del bebé y problemas de desarrollo (Alarcón Basurto, 2020; Cai et al., 2020). El conocimiento de las necesidades fisiológicas de hierro en el embarazo es esencial para la salud tanto de la madre como del feto. Sin embargo, el nivel de suplementación es importante porque una ingesta excesiva de hierro puede causar problemas de salud como enfermedades cardiovasculares o neurológicas, daños pancreáticos y cáncer. De allí que el nivel adecuado de suplementación de hierro dependa de la exactitud de las ingestas dietéticas de referencia (IDR). También en este caso, la falta de datos experimentales sobre las necesidades fisiológicas de hierro de las mujeres embarazadas específicamente afecta a la capacidad de los científicos especializados en nutrición para abordar la cuestión de forma adecuada. Como explican Cai et al. (2020), las actuales DRI de hierro se derivan de valores calculados para mujeres no embarazadas, que a su vez se basan en datos experimentales directos realizados en hombres (p. 2).

contribuido aún más a reforzar una noción estática de la salud y la nutrición humanas, dejando de lado las variaciones cíclicas o temporales, rasgos definitorios de la biología femenina.
La definición de un cuerpo estándar no sólo afecta el modo en que las ciencias biomédicas conceptualizan y tratan a las mujeres, sino que también influye en la salud de los niños. Dado que el cuerpo estándar no sólo es masculino, sino también adulto, la salud y la nutrición de los niños se han visto también afectadas por esta referencia estática y sesgada. Los requerimientos nutricionales generalmente suelen basarse en datos experimentales directos realizados en hombres adultos (Marino et al., 2011; Cai et al., 2020), y son luego trasladados a otros sujetos como mujeres y niños. Las recomendaciones ofrecidas por los organismos internacionales que se ocupan de la nutrición suelen ser extrapoladas de estudios sobre adultos y se ven influidas, además, por suposiciones respecto de la velocidad de crecimiento y el aumento de peso a determinadas edades que reproducen ideas preconcebidas sobre las diferencias de género en la niñez (Lawson, 2005). Por otra parte, en los casos donde las sugerencias modernas se basan en estudios sobre niños, usualmente refieren a individuos procedentes de entornos desfavorables (por ejemplo, de países subdesarrollados). Como consecuencia existen muy pocos datos precisos sobre los requerimientos nutricionales de los niños sanos (Lawson, 2005). Aunque la ciencia de la nutrición ha hecho —y sigue haciendo— grandes avances para lograr un conocimiento más preciso y detallado de la nutrición humana, los obstáculos para integrar tanto las variaciones entre individuos como también las condiciones y necesidades específicas de la población infantil en todo el mundo persisten.
La salud y la nutrición infantiles pueden —y deben — considerarse también desde una perspectiva de género: en primer lugar, porque, incluso antes del nacimiento, madre e hijo están conectados en una multiplicidad de procesos metabólicos y fisiológicos y, en consecuencia, la salud femenina está estrechamente vinculada a la salud infantil. En segundo lugar, porque el cuidado de los niños ha sido tradicionalmente (aunque quizá no universalmente) una ocupación femenina; por tanto, la atención primaria de la salud y la nutrición de los niños han estado principalmente a cargo de las mujeres. Ambos aspectos vinculan la salud de los niños a las circunstancias contextuales de nutrición y salud de sus madres. En este sentido, las ideas de género y las diferencias operantes en los discursos médicos y de poder acaban afectando a ambos.

2.4. Malnutrición, organizaciones internacionales y la sobrerrepresentación de mujeres y niños

La malnutrición se utiliza como un concepto global que incluye varios grados de problemas nutricionales. La OMS afirma que la malnutrición puede referirse a deficiencias, excesos o desequilibrios en la ingesta o absorción de nutrientes. Esto se traduce en desnutrición, malnutrición relacionada con micronutrientes y sobrepeso (OMS, 2021).
Se han reconocido dos niveles de malnutrición: la malnutrición primaria, causada por la ingesta inadecuada de nutrientes a través de la dieta (lo que llamaremos "malnutrición relacionada con la

dieta"); y la malnutrición secundaria, resultado de trastornos en el manejo de los nutrientes ("malnutrición relacionada con la salud"). Esta diferenciación resulta útil para comprender las distancias entre la *dieta* y la *salud* a la hora de pensar en la nutrición. Por un lado, la "malnutrición relacionada con la dieta" apunta al problema de lo que comemos en relación con lo que nuestro cuerpo necesita para sus procesos metabólicos y fisiológicos, y puede estar determinada por diferentes causas tales como el exceso o la escasez de alimentos, la falta de variedad, las prácticas culturales que influyen en la elección de los alimentos, los tabúes, las prácticas médicas, las costumbres y los hábitos. Por otro lado, la "malnutrición relacionada con la salud" se refiere a enfermedades o condiciones fisiológicas anormales que interfieren con la disposición normal de los nutrientes ingeridos a través de la dieta. Por ejemplo, infecciones, parásitos y otras condiciones de salud que dificultan la correcta absorción de nutrientes. A menudo tanto la malnutrición primaria como la secundaria coexisten en un individuo (Solomons, 2005).

La *malnutrición* abarca un amplio espectro, que incluye la obesidad como consecuencia de una ingesta excesiva de alimentos. Sin embargo, éste último es un problema característico de las sociedades modernas, con sistemas de producción de alimentos altamente industrializados y un bajo porcentaje de la población dedicada a la producción agrícola de alimentos. No analizaremos aquí esta forma de malnutrición en detalle puesto que no da cuenta de los problemas específicos relacionados con la alimentación en la antigua Roma. La malnutrición como resultado de una ingesta inadecuada de nutrientes a través de la dieta o como resultado de una enfermedad, en cambio, es la forma típica en que se entiende a la malnutrición en la Antigüedad.

La desnutrición representa un estado de salud deficiente causado por una ingesta inadecuada de energía y/o nutrientes esenciales, provocando delgadez y emaciación. Según Briend y Nestel (2005), existen tres formas principales de desnutrición: a) la inmediata, como resultado de una dieta inadecuada en cantidad o calidad de nutrientes debido a la escasa disponibilidad de alimentos o a la anorexia por infecciones recurrentes (coexistencia de malnutrición primaria y secundaria); b) la subyacente, causada por la inseguridad alimentaria, las malas condiciones sanitarias o la atención inadecuada a la madre o al bebé; y c) la básica, relacionada con los recursos medioambientales, tecnológicos y humanos disponibles en un país o comunidad. Estos tres niveles a los que se refieren los autores también pueden leerse en relación con la definición tridimensional de nutrición propuesta en esta tesis: el primero apunta a los alimentos ingeridos y su impacto en el organismo; el segundo nivel se relaciona con los elementos relevantes que intervienen en la articulación entre las sociedades humanas, la salud y sus prácticas culturales de producción, procesamiento y consumo de alimentos; y el tercer nivel se vincula con las condiciones ambientales en las que se desenvuelven esas sociedades humanas. Lo que se desprende de esta interpretación tridimensional es que la nutrición no es un mero proceso fisiológico, sino que está estrechamente interconectada con la forma en que entendemos, organizamos y practicamos la producción y el consumo de alimentos. En consecuencia, nuestra salud y bienestar dependen de las interconexiones particulares entre estas dimensiones.

Interrelación entre las biologías materna e infantil (malnutrición)

Si bien la malnutrición, al igual que la nutrición, incluye aspectos biológicos, socioculturales y medioambientales, a nivel del individuo, la malnutrición es causada por la falta de una nutrición adecuada o por la incapacidad del organismo para absorber los nutrientes ingeridos a través de la dieta. Se cree que la desnutrición, la forma de malnutrición causada por la ingesta insuficiente de nutrientes, es intergeneracional. Como se ha analizado en la sección anterior, las conexiones particulares entre el organismo materno y el del feto/bebé durante el embarazo y la lactancia provocan un vínculo nutricional tan estrecho que la salud y la nutrición generales de la mujer desempeñan un papel importante en la nutrición y el desarrollo adecuados del feto/niño. Además, la teoría de la programación nutricional vincula la vida uterina y temprana con el desarrollo de enfermedades no transmisibles[48] en la adultez (Finn et al., 2018). A pesar de ello, también se ha señalado que este vínculo no siempre es directo. Existen varios mecanismos evolutivos para amortiguar las variaciones temporales en la nutrición materna con el fin de proteger el bienestar de la descendencia.

Esta concepción de la malnutrición como intergeneracional apunta a la conexión entre dos poblaciones: las mujeres y los niños. La mala salud y/o una nutrición deficiente en la madre pueden tener consecuencias para el feto en su desarrollo fisiológico y neurológico y en su crecimiento general. La falta de disponibilidad de cantidades adecuadas de micronutrientes en las primeras semanas de gestación puede provocar defectos en el tubo neural y partos prematuros (Allen et al., 2005; Lowensohn, 2016; Thayer et al., 2020). El tamaño corporal materno y el peso previo al embarazo son determinantes importantes del nacimiento y del crecimiento y tamaño posteriores. A su vez, el bajo peso al nacer y la incapacidad de crecer según los ritmos establecidos se interpretan como signos de mala nutrición (Briend y Nestel, 2005). Tras el nacimiento, la lactancia materna se entiende como el alimento más adecuado desde el punto de vista nutricional para el bebé, con beneficios inmunológicos añadidos. Sin embargo, si el estado nutricional y de salud de la madre no es el adecuado, su leche no aportará las cantidades ideales de nutrientes. Como hemos visto, aunque la leche materna pueda ofrecer cierta amortiguación en términos de macronutrientes (y esto está relacionado con la grasa corporal de la madre antes del embarazo), una escasez de micronutrientes en la dieta de la madre puede dar lugar a un bajo suministro de esos micronutrientes al bebé, afectando a su crecimiento y su resistencia a las infecciones. El destete, que representa la terminación del vínculo nutricional entre las biologías materna e infantil y de los mecanismos de amortiguación mencionados, se entiende como la etapa más vulnerable de la vida de los niños. Seis meses después del nacimiento, la leche materna ya no aporta todos los nutrientes necesarios y, a medida que empiezan a salir los dientes, los niños necesitan añadir alimentos complementarios. Durante esta etapa, las necesidades de micronutrientes son elevadas y la incapacidad de suministrarlos a través de una dieta adecuada, o la coexistencia de malnutrición primaria y

[48] Las Enfermedades Crónicas No Transmisibles (ECNT) son enfermedades de larga duración, cuya evolución es generalmente lenta. Dentro de este grupo se encuentran las enfermedades cardiovasculares, las enfermedades respiratorias crónicas, la diabetes, la enfermedad renal crónica y el cáncer.

secundaria (tanto dietética como relacionada con la salud) puede provocar retraso del crecimiento y emaciación. Los factores críticos de la malnutrición infantil están relacionados con la incapacidad para ingerir cantidades y tipos de alimentos adecuados y con la repetición de episodios de infección. En la adolescencia, las necesidades específicas de cada cuerpo para sostener los procesos que implican el desarrollo pubertal pueden causar anemia (sobre todo en las mujeres, debido a sus necesidades superiores a las estándar), retraso en el desarrollo e infertilidad (Briend & Nestel, 2005; Frisch, 2005).

Evaluación de la nutrición y la malnutrición en las poblaciones femenina e infantil en la actualidad

Para evaluar la malnutrición en la población femenina e infantil se utilizan mediciones antropométricas. En los niños, el peso corporal y la altura/talla se contrastan con los valores referidos en tablas de crecimiento normalizadas proporcionadas por diferentes organizaciones de la salud, como las de la OMS o los CDC. La comparación de cada caso individual con los estándares normales se interpreta como indicadores de la adecuación –o falta de adecuación– de la dieta. La insuficiencia ponderal (bajo peso para la edad), el retraso del crecimiento (baja talla para la edad) y la emaciación (bajo peso para la talla) son tres medidas sugeridas por la OMS para evaluar la desnutrición infantil en distintas zonas del mundo. El bajo peso al nacer (menos de 2,5 kg) se interpreta como consecuencia de una nutrición y un desarrollo intrauterinos deficientes, y se considera una advertencia de futuros problemas de salud. Sin embargo, se trata de una evaluación post facto, es decir, después del nacimiento del bebé (Allen, 2005; Finn et al., 2018).

El IMC (Índice de Masa Corporal), que registra la relación peso/altura, se utiliza para los adultos. Como se ha mencionado anteriormente, se cree que la grasa corporal está relacionada con la reproducción dado que la fisiología femenina almacena la grasa de forma diferente a la masculina con el fin de un eventual embarazo. La pérdida de peso (alrededor de un tercio de la grasa corporal) puede provocar amenorrea hipotalámica y una delgadez excesiva antes de la menarquía puede retrasarla hasta los 19 ó 20 años. No obstante, hay otros aspectos no nutricionales que también pueden afectar a la edad de la menarquía, como la altitud elevada y ser gemela (Frisch, 2005). Estas herramientas constituyen marcadores indirectos de malnutrición y no proporcionan información sobre las causas de los déficits que revelan (Briend y Nestel, 2005). Es necesario realizar estudios médicos individuales para identificar las deficiencias nutricionales específicas que pueden dar lugar a estas afecciones. Sin embargo, como ya se ha explicado, existen pocos estudios nutricionales y farmacológicos directos realizados en niños y mujeres en edad reproductiva (Lawson, 2005; Cai et al., 2020).

La malnutrición se considera una "pandemia silenciosa" (Mark et al., 2020). Según el Global Nutrition Report 2021, en todo el mundo, 20,5 millones de recién nacidos (14,6% de todos los nacidos vivos) tienen bajo peso al nacer; uno de cada cinco niños menores de 5 años padece retraso en el crecimiento (149,2 millones); 45,4 millones (6,7%) sufren emaciación, y 570,8 millones (29,9%) de niñas y mujeres en edad reproductiva (15-49 años) padecen anemia (p. 24). A pesar de las

alarmantes cifras mundiales de malnutrición —especialmente de desnutrición—, hay aspectos importantes de la fisiología femenina e infantil que deben tenerse en cuenta. La díada madre-feto/niño funciona de forma sinérgica, mediada por la placenta durante la gestación, o directamente a través de la succión durante la lactancia. Se trata de sistemas esencialmente imperfectos (Ford et al., 2020), pero existen mecanismos que le permiten ajustarse en una amplia gama de condiciones nutricionales (Goldberg, 2005). Thayer et al. (2020) analizaron el modelo de amortiguación nutricional materna con la intención expresa de reconsiderar los supuestos que guían los programas de intervención nutricional. Llegaron a la conclusión de que el enfoque convencional de mejorar la dieta de las mujeres embarazadas no conduciría al resultado esperado de mejorar la nutrición fetal debido a que la amortiguación materna durante el embarazo atenúa las variaciones de macronutrientes durante la gestación para proteger al feto. En cambio, apuntar a una mejora la nutrición de las mujeres antes de la concepción contribuirá más eficientemente en que puedan proporcionar una mejor nutrición para su descendencia. A la inversa, se ha demostrado que la suplementación con micronutrientes durante la gestación resulta esencial para el desarrollo adecuado del feto. Lo mismo sucede con la leche materna (Bzikowska-Jura et al., 2018).

Las infecciones en los niños, especialmente las enfermedades diarreicas, pueden causar problemas de crecimiento debido a anorexia y/o malabsorción. Sin embargo, el efecto de las infecciones es transitorio, y después de los 6 meses de edad se necesitan menores proporciones de energía y nutrientes para el crecimiento, lo que facilita el *crecimiento de recuperación* (una velocidad de crecimiento por encima del estándar luego de un período de inhibición del crecimiento) después de una enfermedad aguda (Briend y Nestel, 2005). Aunque el potencial de recuperación del crecimiento puede tener lugar incluso hasta el final de la pubertad, los efectos de la privación en los primeros años de vida sobre la función cognitiva no son bien conocidos (Lawson, 2005).

Los programas internacionales y la sobrerrepresentación de mujeres y niños en la investigación sobre malnutrición

Nuestra comprensión de la nutrición y la malnutrición de mujeres y niños (tanto en el presente como en el pasado) está muy influida por el estado actual de la investigación en ciencias biomédicas y los supuestos en los que se basan. La prevalencia de un *cuerpo estándar*, así como también la persistencia de sesgos de género han marcado los desarrollos en ciencias de la nutrición y la salud (Marino et al., 2011). Hoy en día, se busca comprender las diferencias específicas de sexo/género y edad para ajustar las directrices nutricionales, teniendo en cuenta las necesidades particulares. Sin embargo, las mujeres y los niños siguen estando estrechamente asociados a la malnutrición, como se desprende de los diversos informes realizados por organizaciones internacionales como la FAO y la OMS (mencionados en secciones anteriores).

Aunque la malnutrición incluye trastornos debidos tanto al exceso como a la falta de nutrientes, la desnutrición es la principal preocupación de los programas de intervención nutricional. El objetivo de estas organizaciones es revertirla prevalencia de la desnutrición a través de intervenciones dirigidas a la población, guiadas por una mezcla de preocupaciones que van desde la salud pública hasta

objetivos económicos y políticos. Más allá de la referencia explícita a la malnutrición como un problema de salud pública, los programas de intervención se basan en un razonamiento económico que concibe los costes y beneficios de su aplicación. Branca et al. (2015) expresaron que:

> Se calcula que la malnutrición contribuye a que 200 millones de niños no alcancen su pleno potencial de desarrollo. Se calcula que el retraso del crecimiento reduce el producto interior bruto de un país hasta en un 3%, 7 y eliminar la anemia podría aumentar la productividad de los adultos entre un 5 y un 17%. (p.27)

De esta manera, la mejora de la productividad económica se presenta como una consecuencia deseada de la mejora de la salud.

Las intervenciones destinadas a mejorar la nutrición de mujeres y niños han estado guiadas, a menudo, por ideas inexactas sobre la nutrición femenina e infantil. Por ejemplo, el propósito central de la investigación llevada adelante por Thayer et al. (2020) sobre el modelo de amortiguación nutricional materna fue reconsiderar los supuestos que guiaban las intervenciones nutricionales de las organizaciones internacionales. Los autores observaron que las intervenciones que se estaban realizando no cumplían con los objetivos esperados y buscaron hallar la causa. Como se ha mencionado previamente, el resultado de la investigación reveló que, en pos de mejorar la situación de las embarazadas y de los bebés, resulta esencial mejorar el estado nutricional de las mujeres antes del embarazo. Se espera, entonces, que las conclusiones de su trabajo sirvan para delinear nuevas políticas de intervención sanitaria y nutricional.

La noción de que la malnutrición tiene efectos intergeneracionales (las madres desnutridas dan a luz niños desnutridos) llevó a las organizaciones internacionales a poner el foco en las mujeres y los niños. Como resultado, ambas poblaciones parecen estar sobrerrepresentadas en los datos disponibles sobre desnutrición, mientras que los problemas nutricionales de otros grupos de población están infrarrepresentados. Las supuestas causas de la "vulnerabilidad" de las mujeres y los niños en relación a la desnutrición van desde la falta de recursos suficientes a los problemas estructurales de la producción de alimentos, las prácticas culturales con sesgo de género que hacen que las mujeres consuman alimentos menos nutritivos que los hombres, y el solapamiento de las responsabilidades de las mujeres en tanto madres y productoras. En resumen, se han señalado como causa de su vulnerabilidad razones que trascienden las necesidades puramente biológicas y los procesos fisiológicos. Entre las causas no se menciona el tradicional sesgo de género de las ciencias de la nutrición y la salud, lo que obstaculiza la posibilidad de abordar las consecuencias de entender la nutrición desde la perspectiva de un *cuerpo estándar*. A pesar de ello, como mencionamos al principio del capítulo, se reconoce que las mujeres están en una posición única para mejorar la nutrición en sus hogares, dado que son las encargadas de cultivar, comprar, procesar y preparar los alimentos para sus familias (FAO, 2010). Es decir que tanto las consecuencias perjudiciales como también la carga de revertir esta alarmante situación recaen sobre sus hombros.

2.5 La salud y la nutrición de las mujeres y los niños y la influencia de las concepciones (erróneas) actuales

De todo lo anterior se desprende que la vida de las mujeres y los niños está marcada por etapas en las que la interacción entre glándulas, hormonas y órganos afecta a su fisiología de formas específicas, y los peculiares ritmos de crecimiento exigen nutrientes específicos para sostener los procesos metabólicos.

Como observaron Marino et al. (2011), todos los seres humanos tienen las siguientes necesidades nutricionales: hidratos de carbono, proteínas, lípidos (o macronutrientes) y micronutrientes (vitaminas y minerales). Sin embargo, tal y como afirmaron los autores, las necesidades nutricionales y de salud de las mujeres difieren de las de los hombres no solo por las diferencias fisiológicas entre sexos, sino también por las diferencias de género. La fisiología femenina está preparada para atravesar numerosos ciclos hormonales y procesos metabólicos. Éstos someten a su organismo a diferentes estados, de ahí que tanto sus necesidades nutricionales como la forma en que su cuerpo reacciona e interactúa con los alimentos sean variables a lo largo de su vida. Además, la capacidad normal de la fisiología femenina para ahorrar energía y la plasticidad biológica del organismo materno permiten que un embarazo llegue a término en una amplia gama de condiciones nutricionales. El mecanismo de amortiguación tanto del cuerpo materno como de la leche materna interviene en la conexión nutricional entre la mujer y el bebé. A su vez, la unidad fetoplacentaria selecciona y dosifica los nutrientes necesarios del sistema materno en el útero, y la díada madre-bebé también trabaja conjuntamente después del nacimiento. Así pues, aunque las biologías materna y fetal/bebé están conectadas a través de complejos mecanismos nutricionales, la idea de que el estado nutricional de la madre afecta directamente al feto/bebé resulta una simplificación.

Como hemos analizado, las definiciones recientes de salud han incorporado al concepto médico básico que entendía a la salud como ausencia de enfermedad factores subjetivos, individuales y sociales. Entonces, y teniendo en cuenta el sesgo androcéntrico de los estudios biomédicos modernos, es necesario preguntarse qué significa la salud para las mujeres. Monica Green (2002) reconoció una ampliación similar de la definición de la salud de la mujer en el contexto de la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer celebrada en Pekín en 1995. En esta ocasión, el bienestar mental y social se añadió a la dimensión física y, al mismo tiempo, se reconoció que en la consecución de la salud intervenían tanto factores sociales como políticos y económicos.

Un aporte destacable de los estudios sobre la salud de las mujeres es el señalamiento del hecho de que, durante la mayor parte de la era moderna, la salud femenina estuvo estrechamente asociada a la salud reproductiva (Green, 2002). La intervención médica sobre las mujeres se dirigió, principalmente, a abordar los obstáculos y los problemas para la reproducción humana. Cualquier otro malestar femenino se trataba de la misma manera que para el resto de la población (lo que significó reproducir una concepción de la salud centrada en el *hombre*). El foco sobre la salud de la mujer a causa de su papel central en la reproducción humana es una característica aún operativa en la intervención médica y nutricional y conduce a dos aspectos problemáticos: por un lado, vincula a

las mujeres y su bienestar a su capacidad para tener hijos, permitiendo que los discursos sociales sobre la reproducción se inmiscuyan en sus decisiones de vida; por el otro, al no abordar las múltiples interacciones entre hormonas, órganos y cerebro a lo largo de las diferentes etapas de su vida, la salud femenina queda reducida al funcionamiento general de su sistema reproductivo.

En términos de nutrición, todas las etapas fisiológicas y los procesos corporales de mujeres y niños imponen requerimientos nutricionales específicos y generan como consecuencia estados que se apartan del estándar de la ciencia nutricional moderna. Muchas de las recomendaciones nutricionales actuales son aproximaciones expresadas en términos de necesidades medias estimadas (EAR), cantidades dietéticas recomendadas (RDA), niveles máximos tolerables (UL), ingestas adecuadas (AI), y, para las embarazadas se ofrece lo que se denomina una "dieta segura" (Caballero et al., 2005).[49] No existen acuerdos internacionales sobre los requisitos nutricionales, por lo que existen variaciones de un país a otro.

Llegado este punto, es necesario hacer una observación esencial: existe una diferencia entre los requerimientos nutricionales y las recomendaciones dietéticas: mientras que las primeras apuntan a la traducción de las necesidades corporales en términos de cantidades de macro y micronutrientes necesarios para realizar las funciones metabólicas básicas, las segundas se refieren a cómo pueden satisfacerse esas necesidades mediante el consumo de alimentos o suplementos. Esta distinción apunta a la diferencia entre *dieta* —o lo que se ingiere como alimento o medicamento— y *nutrición* —los efectos de lo que se consume y las interacciones con los distintos sistemas corporales—.

Las nociones estáticas y centradas en el varón ofrecidas por las ciencias biomédicas respecto de la salud y la nutrición no permiten integrar la naturaleza cíclica y transitoria de las etapas fisiológicas de las mujeres y los niños. Ambos sujetos atraviesan diferentes fases en su desarrollo, y cada momento implica necesidades y procesos particulares. En este sentido, la naturaleza transitoria de los procesos fisiológicos debe tenerse en cuenta a la hora de considerar la salud de las mujeres y los niños. Un enfoque de género en la salud exige necesariamente que se reconozca que sexo y género se encuentran “enredados” para poder comprender mejor los procesos fisiológicos y metabólicos específicos que experimentan los cuerpos de las mujeres y los niños y, al mismo tiempo, para dar cuenta de las diferentes formas en que los sistemas de género y edad sirven para construir y mantener las diferencias de poder en las sociedades humanas.

¿Por qué es esto relevante para el estudio de la salud y la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano? Porque nuestra comprensión actual de la salud y la nutrición de las mujeres y los niños funciona como base de los supuestos y prejuicios que moldean el análisis y las variables consideradas al estudiar las sociedades antiguas en dos niveles: un primer nivel, determinado por las ideas sociales y culturales sobre salud, enfermedad y nutrición. En este sentido, aunque se suele hacer referencia a las definiciones antiguas de salud, las nociones culturales predominantes sobre la salud femenina e infantil siguen influyendo en el tratamiento del tema. Por ejemplo, la noción de que

[49] Las siglas representan las expresiones en inglés, a saber: (EAR) estimated average requirements, (RDA) recommended dietary allowances, (UL) tolerable upper levels, y (AI) adequate intakes, respectivamente.

la dieta materna afecta directamente a la salud del feto se toma como una verdad objetiva, aunque los recientes avances científicos han profundizado nuestra comprensión del funcionamiento de la interacción materno-fetal durante el embarazo. Otro aspecto clave de las imágenes actuales sobre la nutrición de las mujeres y los niños en el mundo romano es la referencia a las mujeres y los niños como seres *vulnerables*. Como se ha mencionado anteriormente, esta noción se basa en una falta de comprensión respecto del funcionamiento específico de la biología de las mujeres y los niños, lo que lleva a interpretar sus necesidades en términos de cómo las mismas difieren de las de los varones. La noción de vulnerabilidad biológica (es decir que ambos son *naturalmente* vulnerables) surge como consecuencia y se entrelaza con las ideas respecto de las diferencias de género socioculturalmente disponibles. El hecho de que las cifras proporcionadas por las organizaciones internacionales sobrerrepresenten la malnutrición de mujeres y niños es el resultado de una organización selectiva de los datos y resulta, a su vez, el elemento que justifica la intervención nutricional a nivel de la población materno-infantil.

El otro nivel en el que las nociones modernas afectan nuestra comprensión de la salud y la nutrición en el pasado es a través del uso de biomarcadores para determinar la nutrición de las personas. Los programas modernos de intervención nutricional han establecido variables limitadas para medir el estado nutricional. La estatura, el IMC (índice de masa corporal) y la prevalencia de enfermedades infecciosas y nutricionales se utilizan como evidencias del estado nutricional de un individuo o una población. El análisis bioarqueológico del material esquelético romano incorpora algunos de estos elementos, como por ejemplo la evaluación del estado del tejido óseo, la estimación de la estatura a partir de los huesos largos y las marcas esqueléticas causadas por enfermedades, y son interpretados como evidencias de la salud y la nutrición de las sociedades del pasado. Sin embargo, tanto la salud como la nutrición, incluso pensadas desde un marco conceptual amplio, son un objetivo inalcanzable. Nadie se encuentra *sano* o *bien nutrido* excepto por breves períodos de tiempo. La salud y la nutrición marcan el horizonte del bienestar, pero alcanzarlo es una cuestión mucho más complicada.

Capítulo 3: La dimensión social

Introducción

La dimensión social incluida en la definición tridimensional de la nutrición pone de relieve las formas en que los seres humanos se relacionan entre sí a efectos de asegurar su alimentación y nutrición. Es decir que se refiere a un nivel supraindividual. Un hecho importante a tener en cuenta en este punto es que las elecciones y prácticas alimentarias individuales pueden verse limitadas por muchas razones. Cómo se cultivan los alimentos, dónde y por quién, cómo se procesan, transportan y distribuyen, y el papel de las estructuras organizativas en todas las etapas son elementos clave para comprender la dimensión social de la nutrición. Es por ello que la primera sección del capítulo estará dedicada a introducir el concepto de *sistemas alimentarios.* A continuación, ofreceré una breve panorámica de los principales eventos políticos y militares del período abarcado por esta tesis (siglos II a.n.e-III n.e.) y de los elementos característicos que han influido en el funcionamiento de los sistemas alimentarios romanos (la participación de las mujeres y los niños en ellos, sin embargo, se abordará en el apartado 6.2). Por último, analizaré los posibles significados del concepto de *seguridad alimentaria* en relación a las mujeres y niños en el mundo romano.

3.1. Sistemas alimentarios

Las cifras mundiales actuales sobre la malnutrición han despertado el interés por comprender las complejas formas en que se cultivan y transforman los alimentos para su consumo y sus consecuencias en la nutrición y la salud humanas. Desde la Declaración Universal de los Derechos Humanos de 1948, se considera que el derecho a la alimentación, es decir, el derecho a tener un acceso regular, permanente y sin restricciones a los alimentos, por parte de todo individuo humano es una cuestión fundamental que debe estar garantizada por las leyes internacionales. Sin embargo, la seguridad alimentaria —o la disponibilidad y el acceso a los alimentos— depende en gran medida no sólo de la producción suficiente de alimentos, sino también de su adecuado procesamiento y de una distribución y consumo equitativos en toda la sociedad. Para conceptualizar estos procesos, la ONU reunió contribuciones de científicos procedentes de distintas disciplinas con el fin de articular una definición de los *sistemas alimentarios*. La última publicación sobre el tema sostiene que:

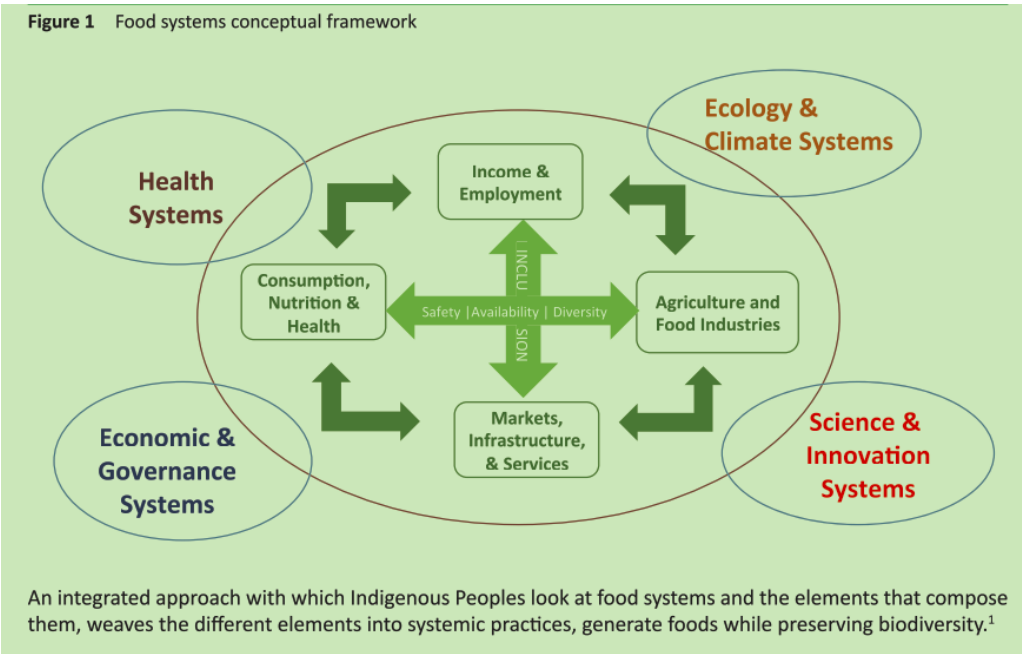
> Los sistemas alimentarios abarcan toda la gama de actores y sus actividades interrelacionadas de valor añadido que intervienen en la producción, agregación, procesamiento, distribución, consumo y eliminación (pérdida o desperdicio) de productos alimentarios procedentes de la agricultura (incluida la ganadería), la silvicultura, la pesca y las industrias alimentarias, así como también de los entornos

económicos, sociales y naturales más amplios en los que se insertan. (Von Braun et al., 2021, p. 5)

En pocas palabras, los *sistemas alimentarios* comprenden diferentes etapas que incluyen la producción, transformación, distribución y consumo de alimentos, así como todas las personas y organizaciones que intervienen y median entre ellas. Los autores de la presentación de la ONU ofrecieron, además, un marco conceptual con la intención de mostrar cómo los sistemas alimentarios se encuentran interrelacionados con otros sistemas como el sanitario, el económico y de gobierno, el ecológico y climático, y el científico y de innovación (véase la Figura 2).

Figura 2

Marco conceptual de los sistemas alimentarios



Nota: Esta figura ha sido extraída de Von Braun et al. (2021, p. 5).

Es preciso señalar dos aspectos relevantes del concepto moderno de *sistemas alimentarios*. En primer lugar, tras constatar que los sistemas alimentarios actuales no han conseguido acabar con el hambre en el mundo, los autores de las publicaciones para la Cumbre de las Naciones Unidas sobre Sistemas Alimentarios (UN Food Systems Summit) destacaron que los sistemas alimentarios actuales deberían ser repensados y transformados de manera de volverlos sostenibles, equitativos y resilientes. Con esto buscan destacar la necesidad de que los sistemas alimentarios tengan como objetivo contribuir a la seguridad alimentaria y a la nutrición de las generaciones presentes y futuras.[50] Esto implica un equilibrio entre las dimensiones biológica, social y medioambiental. Sin embargo, se trata más de un ideal que de una realidad. Como señalaron Jemison y Beal (2011), el

[50] "Un sistema alimentario sostenible es aquel que contribuye a la seguridad alimentaria y a la nutrición para todos de tal forma que se salvaguardan las bases económicas, sociales, culturales y medioambientales para generar seguridad alimentaria y nutrición para las generaciones futuras" (Von Braun et al., 2021, p. 5).

uso sostenible de los recursos se produjo rara vez en el pasado. A su vez, en la actualidad, nos enfrentamos a las consecuencias de los desequilibrios entre las necesidades nutricionales de la población, las formas en que se cultivan y distribuyen los alimentos y las formas en que interactuamos con la naturaleza. En segundo lugar, los sistemas alimentarios en la actualidad son globales y, en consecuencia, las diferentes escalas (local, regional, nacional, internacional) se interrelacionan en algún punto. No existen sistemas alimentarios cerrados.

Dado que los sistemas alimentarios comprenden las formas específicas en que las sociedades humanas se organizan y relacionan unas con otras y, a su vez, con la naturaleza para fines alimentarios, estos sistemas se encuentran en continuo cambio y varían de una sociedad a otra. En este sentido, el marco conceptual amplio propuesto para pensar los sistemas alimentarios resulta útil para comprender históricamente cómo se organizaban las sociedades romanas en materia alimentaria y los cambios impulsados por los acontecimientos políticos, militares, sociales y medioambientales. El objetivo del siguiente apartado será exponer los aspectos más relevantes de los sistemas alimentarios en el mundo romano entre los siglos II a.n.e. y III n.e. Esta imagen general servirá de trasfondo para el capítulo 6, en el que se ofrecerán evidencias respecto de la participación de mujeres y niños en los sistemas alimentarios romanos, a través de un análisis de su participación en las distintas etapas —producción, transformación, distribución o intercambio y consumo—. Todo ello permitirá repensar y reconsiderar el peso de las actividades domésticas y de mantenimiento para la consecución de la seguridad alimentaria.

3.2. Una visión general de los sistemas alimentarios romanos

En términos generales, los sistemas alimentarios incluyen el acceso a los recursos, la organización y las prácticas de producción, la transformación de los productos, el almacenamiento, el transporte, la comercialización o intercambio y el consumo. En el período comprendido entre los siglos II a.n.e y III n.e., el Estado romano fue testigo de profundas transformaciones territoriales, culturales y sociales que afectaron la forma en que se organizaban todas esas etapas de la alimentación. Aunque no disponemos de la información necesaria para reconstruirlas en su totalidad, en este apartado ofrecemos una breve panorámica de los principales procesos que influyeron en el funcionamiento de los sistemas alimentarios romanos.

Antes de hacerlo, sin embargo, es conveniente señalar que las interpretaciones históricas de la alimentación en el mundo romano se han centrado principalmente en lo que se consideran los alimentos básicos (*staples*) de la “dieta romana”: los cereales, el vino y el aceite de oliva (Foxhall & Forbes, 1982; Amouretti, 1986; Garnsey, 1988, 1999; Erdkamp, 2005). Entre éstos, en particular los granos —o una variedad de cereales—, han sido analizados en detalle, abarcando desde su producción hasta su consumo, y en estrecha relación con los desarrollos militares, económicos y sociales de Roma (Garnsey, 1998; Erdkamp, 2005). Por sus cualidades nutritivas, su capacidad de almacenamiento y su presencia en la dieta cotidiana de las antiguas sociedades mediterráneas, los

cereales desempeñaron un rol central. Existen varios relatos sobre los aportes nutricionales de los diferentes cereales a la dieta diaria de los individuos “promedio” (Foxhall & Forbes, 1982, Garnsey, 1999; Rosenstein, 2004; Brown, 2011) que ponen de manifiesto su relevancia en la provisión de gran parte de los requerimientos de macronutrientes. A pesar de ello, se ha postulado que la composición nutricional específica de los granos antiguos frente a sus homólogos modernos era diferente, siendo estos últimos el resultado de procesos de selección de semillas de larga data y, lo que es más importante, de la "revolución verde" del siglo XX que ha afectado no sólo a los nutrientes del suelo sino también a los granos cultivados en ellos (Heinrich, 2019). Por otra parte, como ya se ha mencionado, la dieta humana precisa incorporar una amplia variedad de alimentos para obtener los macro y micronutrientes necesarios que garanticen las funciones metabólicas internas básicas del organismo y, en última instancia, contribuyan a mantenerse sano y a combatir enfermedades. En relación a la alimentación y nutrición de mujeres y niños, la atención casi exclusiva que las interpretaciones históricas han puesto en los cereales ha contribuido a minimizar el valor del trabajo femenino en la producción de alimentos (esto será abordado en detalle en el capítulo 6) y en centrar la atención en los ámbitos político y militar. Aún más, si bien los cereales pueden satisfacer una gran parte de las necesidades diarias de un individuo, como se ha analizado en el capítulo anterior, no sólo los macronutrientes sino también, y sobre todo, los micronutrientes desempeñan un papel esencial en los procesos biológicos cíclicos tanto de las mujeres como de los niños. Por lo tanto, si bien los cereales han jugado un papel clave tanto en la alimentación de las antiguas poblaciones romanas como también en la vida cívica y política del Estado romano, es necesario ampliar esta imagen de manera de poder incluir otros alimentos en el panorama. Por todo ello, en la siguiente sección se ofrecen algunas líneas de análisis para pensar — y repensar— los sistemas alimentarios romanos.

Roma hacia finales de la República y principios del Imperio: el impacto de los acontecimientos políticos y militares en los sistemas alimentarios

La expansión militar de Roma a lo largo del período que nos ocupa supuso una importante transformación del área de influencia territorial y política del Estado romano. El control del área inicial de la primitiva ciudad-estado romana, la incorporación de la región del Lacio y luego de toda la península itálica, hasta la consolidación del dominio político y militar Romana sobre toda la cuenca mediterránea (incluidas las zonas del interior) transformaron al Mar Mediterráneo —su *mare nostrum*— en el centro de gravedad del poderío romano.

Durante la República, el conflicto con Cartago —las guerras púnicas— se tradujo en el dominio por parte del ejército romano de centros clave de la producción cerealera mediterránea: Sicilia, Cerdeña y África.[51] La interpretación histórica tradicional respecto de las consecuencias de la incorporación de

[51] Tras la Primera Guerra Púnica, en 241 a.n.e., Roma pasó a controlar la parte occidental de la isla de Sicilia, que se convirtió en la primera provincia romana. Unos años más tarde, en el 238 a.n.e., Roma anexionó Córcega y Cerdeña, y fueron asimismo incluidas como provincias. Durante la Segunda Guerra Púnica, en 212 a.n.e., el reino aliado de Siracusa fue derrotado, y toda la isla de Sicilia cayó bajo control romano. Finalmente,

estas provincias en el abastecimiento de alimentos a Roma sostiene que, tras las guerras anibálicas, la producción de grano en la península itálica fue progresivamente sustituida por cultivos comerciales cultivados por mano de obra esclavizada en el marco de grandes propiedades (*villae*), principalmente en el centro y sur de Italia. La imagen expresada por Tiberio Graco a través de las palabras de Plutarco muestra a grandes terratenientes expulsando a los pequeños propietarios de sus tierras, y cultivándolas con cuadrillas de extranjeros esclavizados, producto de las conquistas militares (*Vida de Tiberio Graco*, 8). Esta impresión, sin embargo, no debe tomarse al pie de la letra. La situación era sin dudas mucho más compleja y esa imagen no representaba la realidad de toda la península itálica. De hecho, fue la combinación de diversos acontecimientos lo que dio lugar a la reconfiguración del poder romano en un marco más amplio y complejo y lo que acabó afectando el funcionamiento de los sistemas alimentarios: la expansión militar, la anexión de nuevos territorios, el acceso a sus recursos, la llegada de personas esclavizadas al territorio central de Roma — la península itálica— el desplazamiento de pequeños propietarios y la organización de latifundios; el crecimiento de la proporción de mano de obra no libre frente a trabajadores libres en el contexto rural italiano y el consiguiente aumento de la población urbana de Roma.

En tiempos de Augusto, Roma era una enorme metrópoli habitada por cerca de un millón de personas y controlaba un territorio que se extendía desde la península Ibérica hasta Siria, y desde las Islas Británicas hasta el norte de África. Se ha dicho que, entonces, la población de Roma superaba la capacidad de producir alimentos suficientes de su territorio adyacente (es decir, la "capacidad de carga").[52] A grandes rasgos, el material arqueológico del período del Principado muestra una intensificación en el intercambio de productos a través del Mediterráneo (naufragios, restos de ánforas, etc.), un crecimiento y densificación de los asentamientos urbanos, una especialización de la producción en algunas zonas rurales (prensas para la producción de aceite de oliva y vino) y el desarrollo del consumo por encima de la mera subsistencia, al menos en el corazón del territorio romano. La *pax romana* contribuyó a crear condiciones seguras para el desarrollo del intercambio interregional de alimentos tales como cereales, aceite de oliva y vino, aunque gracias al impulso gubernamental. Este escenario provocó cambios importantes en la articulación de los sistemas alimentarios locales, regionales e interregionales.

Las condiciones políticas del Alto Imperio permitieron el crecimiento económico a través de la integración de los mercados, como explicó Erdkamp (2005, 2016, 2019).[53] Durante el Principado, los

---

tras la Tercera Guerra Púnica y la derrota definitiva de los cartagineses, en el 146 a.n.e., el centro de su poder político, el actual territorio de Túnez pasó a ser controlado por el Estado romano. Los envíos de grano desde Sicilia, Cerdeña y África como forma de pago de impuestos en especie sirvieron para garantizar el suministro de grano a la capital.

[52] Hin (2013) consideró las ideas de Morley y Hopkins sobre la capacidad de carga de la Italia romana, fijada en 7,5 millones de habitantes. Sin embargo, la autora revisó esa cifra teniendo en cuenta las denominadas "tierras marginales" y llegó a la conclusión de que la capacidad de carga italiana en la República Tardía habría sido suficiente para alimentar al número de personas referidas tanto por las teorías demográficas que suponen un "recuento alto" como por las que abogan por un "recuento bajo" (véase la sección 1.1.7).

[53] El autor afirmó en 2005 que: "La integración de los mercados son una expresión del grado y la medida en que el comercio conecta la oferta y la demanda" (Erdkamp, 2005, p. 144). También postuló que este concepto se relacionaba con el presentado por Hordern y Purcell (2000) de "conectividad" (2005, p. 176). Más recientemente, ofreció una imagen del modo en que la configuración de los determinantes económicos en las

mercados funcionaron más eficientemente debido a la mejora en la construcción de carreteras, puentes, puertos y faros, y al beneficio de contar con una moneda uniforme, entre otras causas.[54] Un mayor grado de desarrollo e integración de los mercados condujo a la reducción de la vulnerabilidad de la población a las crisis de las cosechas y a una mayor estabilidad de los precios de los alimentos básicos. Esto contribuyó a que en algunas de las tierras se pasara del imperativo de la autosuficiencia mediante el cultivo de una variedad de alimentos básicos —cereales, legumbres y otras frutas y verduras— a la producción especializada de bienes orientados al mercado. Para la población que se dedicaba a cultivos especializados, adquirir sus alimentos en el mercado habría sido menos arriesgado si los precios de mercado eran estables y la oferta constante. El abandono de parte de la población de la participación directa en la fase de producción de alimentos y la consiguiente especialización en otro tipo de trabajos permitió una mayor participación en las otras fases de los sistemas alimentarios, tales como la producción de manufacturas para el almacenamiento y transporte de alimentos (ánforas, mimbres, etc.); el procesamiento de alimentos (preparación de conservas, secado de frutas, prensado de vides y aceitunas); el movimiento de mercancías por el territorio (ya fuera por barco o mediante transporte animal); y la preparación y venta de alimentos en la calle. Por supuesto, esta situación también fomentó el desarrollo de actividades no relacionadas con la alimentación. Una consecuencia interesante de la circulación interregional de mercancías fue la disponibilidad en los mercados urbanos de productos procedentes de territorios allende su hinterland inmediato. En los mercados de las distintas ciudades se podían adquirir especias, frutos secos y otros comestibles exóticos procedentes de las distintas áreas del territorio romano, e incluso de fuera de él.[55]

Saskia Hin (2013, p. 32) ofreció un "modelo en dos niveles: núcleo-periferia" para entender el impacto de la conquista militar y la adquisición de territorios en el corazón del territorio romano durante el período republicano. Desde su perspectiva, el núcleo italiano, donde se concentraba el poder político y militar, podía extraer recursos de las zonas (semi) periféricas bajo su control. Esta imagen resulta útil para reflexionar sobre los sistemas alimentarios imperiales romanos. Sugerimos, entonces, considerar a los sistemas alimentarios romanos en “dos niveles": en primer lugar, circuitos locales y regionales de productos frescos y carne procedentes de jardines locales, huertas y pequeñas granjas, probablemente cultivados por agricultores de explotaciones medianas y pequeñas (donde el trabajo de las mujeres era clave, como se explorará en el capítulo 6), que proporcionaban

---

provincias occidentales durante el Alto Imperio favoreció el crecimiento económico: "Los pueblos y las ciudades, pero también los ejércitos de la frontera renana, ofrecían mercados estables para una amplia gama de bienes y servicios, estimulando empresas agrícolas orientadas al mercado que generaban excedentes amplios y relativamente estables. Las numerosas *villae* producían alimentos y materias primas para los sectores no agrícolas, que a su vez se veían estimulados por la presencia de prósperos mercados de materias primas y productos manufacturados. El crecimiento de los sectores no agrícolas permitió el empleo productivo de una mayor parte de la mano de obra disponible en el campo, y todo ello fue posible gracias a la mayor integración del mercado estimulada por la pacificación y el desarrollo de las infraestructuras romanas, y por la relativa estabilidad de los precios urbanos garantizados por la mentalidad cívica de la élite gobernante" (2019; p. 19).

[54] Sobre el funcionamiento del comercio, los mercados y las redes de intercambio, véase De Ligt, (1993), Morley (2009) y Holleran (2019).

[55] El análisis realizado por Erica Rowan de una cloaca en la ciudad de Herculano evidencia la presencia de productos foráneos como granos de pimienta, entre otros. Véase Rowan (2014) y Robinson y Rowan (2015).

las principales fuentes de vitaminas y minerales para las poblaciones urbanas y rurales. Estos circuitos locales podían incluir también cereales, legumbres, hierbas y condimentos cultivados localmente, puesto que la autosubsistencia era el objetivo primordial de todas las personas que trabajaban la tierra. Este tipo de productos podían transportarse en pequeñas embarcaciones que seguían rutas costeras o por tierra, si las distancias eran cortas, y eran promocionados por comerciantes o por los propios agricultores.[56] Un segundo circuito interregional, organizado por el Estado o por iniciativas privadas, integraba a todo el territorio romano mediante el intercambio de productos específicos, en grandes barcos que conectaban los principales puertos (Alejandría, Egipto, Puteoli, Ostia). Debido a las condiciones específicas del transporte de larga distancia, incluían productos secos y fáciles de almacenar que contenían gran cantidad de macronutrientes (proteínas, hidratos de carbono y grasas) y que contribuían a la nutrición de las poblaciones que los recibían. Como resultado, la combinación de estos diferentes circuitos de producción, transporte e intercambio de alimentos habría proporcionado a las poblaciones de toda la gama de productos alimenticios necesarios para su sustento.

3.3. Elementos característicos de los sistemas alimentarios romanos

El ambiente fragmentado del Mediterráneo imponía la necesidad de articular variaciones en las prácticas de producción de alimentos (véase el capítulo siguiente). Al mismo tiempo, los acontecimientos políticos y militares forzaron cambios en los circuitos locales e interregionales de los sistemas alimentarios a lo largo del período estudiado. En las secciones siguientes, exploramos algunos rasgos característicos de los sistemas alimentarios romanos, como las dinámicas de los contextos rurales y urbanos en relación con la producción y adquisición de alimentos, la propiedad de la tierra, el uso y la mano de obra implicada en la producción de alimentos, su conservación, transporte y consumo.

El entorno rural y el urbano

La situación de las poblaciones rurales y urbanas del mundo romano difería ampliamente en lo que respecta a la producción, el almacenamiento, la transformación, el intercambio, la preparación y el consumo de alimentos. Los habitantes de los asentamientos rurales tenían acceso inmediato a la tierra y participaban directamente en las fases iniciales de la producción de alimentos. La preparación y el cultivo de la tierra, la cosecha y la primera transformación de los productos estaban en sus manos. La propiedad de la tierra y de sus frutos, sin embargo, era una cuestión más compleja (véase la siguiente sección). No obstante, podemos afirmar que los habitantes de las zonas rurales, debido a su estrecha relación con el cultivo de alimentos, tenían conocimientos y experiencia sobre la cría de plantas y animales que les ayudaban a organizar los ciclos productivos anuales y a prever las condiciones climáticas y edafológicas favorables y desfavorables. Además, su cercanía a la tierra

[56] Sobre los mercados rurales periódicos de ciclo corto, véase De Ligt (1993, pp. 111-128).

les permitía disponer de una fuente más variada de plantas cultivadas y silvestres para comer —y también con fines medicinales—, así como de aves de corral de los que obtener huevos y algo de carne. Todos estos elementos constituían herramientas útiles para hacer frente a condiciones ambientales y sociales desafiantes y cambiantes. Las viviendas rústicas probablemente disponían de un lugar para el fuego, dentro o fuera de las casas, un *hortus* (relacionado en las fuentes con el trabajo de las mujeres; véase el capítulo 6) y un lugar destinado al almacenamiento. Es posible afirmar que la mayoría de las unidades productivas agrícolas —si no todas— tenían como objetivo, ante todo, la autosubsistencia. Esto no significa una independencia total del mercado o de otras unidades productivas, lo cual es imposible en la realidad, sino que refiere a una organización orientada a proveer los productos necesarios para satisfacer las necesidades básicas de sus habitantes. En este sentido, incluso las medianas y grandes unidades productivas orientadas a la producción de cultivos comerciales necesitaban alimentar a sus trabajadores y esto, idealmente, se cumplía con los recursos disponibles en la propiedad. Como se analizará en el capítulo 6, los tratados agrícolas, aunque centrados en la correcta gestión de grandes propiedades, también prestaban atención a la subsistencia y mantenimiento de la mano de obra (humana y animal). Era de esperar que la combinación de las condiciones climáticas y del suelo con el trabajo y los conocimientos de la población rural sirviera para producir lo necesario para su sustento, más un excedente para intercambiar. Sin embargo, si no conseguían obtener suficientes alimentos de la tierra o si debían que complementar su producción, debían recurrir, forzosamente, al mercado. Más aún, en caso de malas cosechas o de escasez, los vínculos horizontales (intercambios con otros hogares) sólo podían servir como amortiguación parcial en el caso de los hogares pequeños.[57] Ante este tipo de eventos, la población rural tendía a desplazarse a las ciudades, donde podía recurrir, en última instancia, a la intervención institucional o de las élites en el mercado para abastecerse de alimentos. Ciertamente, la vida rústica implicaba una gran variedad de condiciones materiales: la relación de los trabajadores con la tierra, el uso de la misma, la mano de obra utilizada y la distribución de los productos dependían de la propiedad de la tierra, de las relaciones familiares y de género.

Para las poblaciones urbanas, el acceso a los alimentos estaba condicionados por el desplazamiento de los productos desde las zonas rurales, donde se producían, hasta las ciudades. El acceso a la tierra para la producción de alimentos se encontraba más limitado, aunque no debemos considerar a los entornos rural y urbano como opuestos, sino como complementarios y conectados. Es posible que la demarcación entre lo urbano y lo rural no estuviera tan marcada en la antigüedad, y el paisaje suburbano seguramente permitía algún terreno para un *hortus*, ya fuera de uso privado o comunal. Las casas de sectores más acomodados usualmente incluían un jardín, donde se podían cultivar alimentos y otras plantas, y espacio para el ganado. Además, estas familias podían beneficiarse de los productos de sus propiedades rurales acudiendo al mercado sólo cuando las condiciones les

[57] Esto fue abordado por Erdkamp en su análisis del Séptimo Discurso o Discurso Eubeo de Dio Crisóstomo (2005, 2012).

resultaban favorables o para adquirir productos exóticos. La masa poblacional urbana, en cambio, vivía en grandes edificios comunales con escaso acceso a un pedazo de tierra y no podía mantenerse por sí misma. Debían que adquirir sus alimentos en el mercado, almacenarlos —si contaban con las condiciones necesarias para hacerlo— y luego cocinarlos y prepararlos; también podían comprar alimentos cocinados fuera de su casa en alguna tienda local como las numerosas *popinae*, *cauponae* y *thermopolia* que pueden hallarse en Pompeya y Herculano. La volatilidad de los precios a lo largo de las estaciones y como consecuencia de malas cosechas, los problemas de abastecimiento y el bajo poder adquisitivo de estos grupos habrían afectado en gran medida a su capacidad para acceder a toda la gama de alimentos necesarios para su subsistencia.

En el caso de los habitantes urbanos, las relaciones sociales y políticas influían en la forma en que los mismos adquirían los alimentos. Por ejemplo, esclavos, *liberti* y clientes vinculados a hogares de la élite podían recibir parte de sus alimentos de sus amos o patrones (Broekaert & Zuiderhoek, 2012). Al mismo tiempo, existían obligaciones legales en materia de alimentación de los primeros para con los segundos.[58] Una práctica complementaria para adquirir alimentos en contextos urbanos es la recolección de hierbas y frutos locales de los árboles que solían crecer, a pesar de la intervención humana del paisaje en las ciudades, junto a las calzadas, las alcantarillas y entre tejas y muros. Plinio menciona que las clases bajas de la ciudad de Roma cultivaban verduras en sus ventanas[59] y describe varias plantas comestibles que crecían en terrenos marginales e incluso entre las tejas.[60] La presencia de plantas utilizadas como alimento, y también como medicina, en un contexto urbano fue atestiguada por Jashemski (1999) en su estudio sobre las especies vegetales que habitaban los jardines pompeyanos.

La población urbana se beneficiaba en gran medida de las intervenciones gubernamentales y de las élites en el mercado del grano y de los actos de munificencia pública. La iniciativa de Cayo Graco en 123 a.n.e inició una tradición por la que el Estado romano ofrecía grano a precio reducido (y gratuito durante breves períodos) a un grupo de ciudadanos de la capital de Roma. Aunque los disturbios políticos y civiles perturbaron en ocasiones su funcionamiento, se inició de esta manera una

---

[58] El vigésimo quinto libro del Digesto trata el tema del reconocimiento y la manutención de hijos, padres, patronos y libertos, abarcando toda la gama de obligaciones alimentarias de las personas libres para con sus dependientes, así como también de las obligaciones alimentarias entre los *liberti* y sus patronos. Aún no se han formulado análisis sobre estas obligaciones alimentarias. Véase *Dig*. 25.3.4 et ss.

[59] "De hecho, las clases bajas de la ciudad solían ofrecer a sus ojos una visión diaria de las escenas campestres por medio de jardines de imitación en sus ventanas, antes de la época en que los atroces robos en innumerables cantidades les obligaron a bloquear toda la vista con rejas" (*NH* 19, 59).

[60] Plinio dedicó un libro entero a las plantas silvestres (Libro 25), que crecían en condiciones climáticas y edáficas variadas. Algunas de ellas se utilizaban como alimento y como medicina. El erigeron, por ejemplo, crecía en los tejados y en las paredes (nascitur in tegulis et in muris, *NH* 25,167) y también se plantaba en los jardines. Se utilizaba en ensaladas con vinagre para los órganos internos, lo que la convierte en un elemento del *continuo alimento-medicina*).

En otro libro, Plinio menciona la alsina, que se encontraba en arboledas, pero también crecía en jardines y sobre todo en muros (nascitur in hortis et maxime in parietibus; *NH* 27, 23). Se utilizaba para los flujos oculares y se aplicaba con harina de cebada en los genitales doloridos y las úlceras.

El autor también se refería a las propiedades medicinales de las plantas que crecían "en la cabeza de una estatua" (*NH* 24, p. 170). Aunque no están exclusivamente relacionadas con la alimentación, estas menciones nos ayudan a imaginar el paisaje urbano como repleto de plantas y hierbas, algunas de las cuales eran utilizadas por los humanos con múltiples fines.

obligación entre las autoridades políticas y el pueblo romano que aseguró el abastecimiento de grano a la ciudad incluso hasta bien entrado el período imperial (además se incorporaron otros alimentos básicos como el aceite y la carne).[61] Como consecuencia de esta práctica emergió una *plebs frumentaria*, es decir, un segmento de la población de la ciudad que tenía derecho a recibir una parte del grano público.[62] La contribución de la creación de una *plebs frumentaria* para aliviar las crisis alimentarias en la ciudad de Roma y los cálculos respecto de la capacidad de las raciones para alimentar a quienes recibían el grano y a sus familias son cuestiones muy debatidas (Foxhall & Forbes, 1982, p. 64). Garnsey se refirió a los receptores del grano estatal como "un grupo privilegiado" y calificó de "insuficientes" los esfuerzos de las autoridades romanas por controlar la fluctuación de los precios del grano y por aliviar la situación de los pobres urbanos (1988, p. 214). Estas nociones fueron cuestionadas por Erdkamp en su libro de 2005 *The Grain Market in the Roman Empire*. En este sentido, el autor subrayó que la intervención gubernamental no debía interpretarse como una política de lucha contra la pobreza o de mejora del bienestar social. Además, la imagen de la *plebs frumentaria* como la de "unos pocos privilegiados" debe ser reinterpretada en el contexto más amplio de las consecuencias de la intervención de las autoridades romanas en el mercado de grano: la disponibilidad de grano (concretamente trigo) y el control sobre los precios promovidos a través de canales gubernamentales beneficiaban al conjunto de los ciudadanos urbanos romanos, y no sólo a los destinatarios designados del grano (pp. 306-316).

Durante el Principado se extendió otra forma de munificencia promovida por emperadores y aristócratas: los *alimenta*. Introducidos por Nerva y ampliados más tarde por Trajano, a través de estos programas el Estado facilitaba una suma que ascendía al 8% del valor declarado de la tierra a los terratenientes, quienes, a su vez, debían pagar un interés del 5% de esa cifra para la manutención de niños y niñas en diversas ciudades italianas e incluso en las provincias.[63] Esta y otras formas de munificencia han sido etiquetado a menudo como "ayuda a los pobres" o "programas sociales" (Garnsey, 1988; Klokner, 2019). Sin embargo, no estaban dirigidos principalmente a los segmentos pobres de la sociedad, ni eran suficientes para garantizar la reproducción de sus beneficiarios. La inscripción de Veleia (CIL XI, 1147) muestra una relación desproporcionada entre la cantidad de beneficiarios masculinos y femeninos de este programa.[64] Esto ha sido interpretado como resultado de una preferencia social por los varones. Sin embargo, la participación de las mujeres de la élite en estas formas de munificencia ha sido menos explorada. El trabajo de Emily Hemelrijk (2013) constituye una excepción. La autora analizó la participación femenina en estos esquemas y, aunque puede observarse que no fue llevada a cabo exclusivamente por mujeres, pudo

[61] Septimio Severo instituyó distribuciones gratuitas de aceite y Aureliano las amplió para incluir carne de cerdo gratis y vino barato en 210 n.e. (Garnsey, 1988, p. 238)

[62] Hin (2013, p. 41), siguiendo a Rickman, afirma que el número de ciudadanos alimentados con botín de grano fluctuaba. Su apogeo se situó en 320.000, y posteriormente se redujo, alcanzando, entre César y Augusto, de 150.000 a 200.000 hombres aptos.

[63] Los *alimenta* podían ser promovidos tanto por emperadores como por ciudadanos privados. Klokner (2019) analizó programas alimentarios privados en África e Hispania.

[64] La inscripción de Veleia, la tabula alimentaria, registra 264 hijos: 263 varones legítimos y 1 ilegítimo frente a 36 niñas.

constatar que había muchos *alimenta* patrocinados por ellas. Aquellos programas promovidos por mujeres eran precisamente los que beneficiaban por igual a niñas y niños, o incluso favorecían a las primeras (p. 74). A través de los *alimenta*, niños locales recibían sumas de dinero para su sustento (literalmente para la "comida"). No obstante, la forma en que ese dinero era transformado en comida —y por quién—, como también la ideología que los sustentaba no son conocidas.

Propiedad, uso y trabajo de la tierra

Los pequeños propietarios y los grandes terratenientes —que representan dos modelos polares de vida rural— organizaban de manera diferente el cultivo de la tierra, incluida la producción de alimentos (Halstead, 2012). Pero, aunque los objetivos últimos de ambos podían diferir, convergían en su necesidad primordial de buscar la autosubsistencia. Esto significa que satisfacer las necesidades de las personas que vivían y trabajaban en la propiedad y, asimismo, garantizar la reproducción de toda la unidad era, sin duda, la meta en común. Así pues, las diferencias clave entre ellos residían en el excedente que producían —es decir, lo que quedaba después de asegurar la subsistencia—, y en el uso que se hacía de él.

Los pequeños propietarios tenían que aplicar estrategias para maximizar la productividad de sus parcelas y minimizar los riesgos (por ejemplo, mediante la agricultura intensiva). Los estudios sobre el campesinado mediterráneo han analizado las estrategias de supervivencia seguidas tradicionalmente por los agricultores de la zona y que apuntaban a: la fragmentación de las tierras, la diversificación de los cultivos y el aumento de las reservas —es decir, el almacenamiento, siempre que fuera posible— (Horden y Purcell, 2000; Erdkamp, 2005, 2012, 2019). Estas estrategias se fueron estableciendo en estrecha relación con el entorno climático y geográfico mediterráneo (como se analizará en el capítulo siguiente) y las condiciones tecnológicas de los labradores. Los pequeños propietarios tenían opciones limitadas para el uso de la tierra. Si el pedazo de tierra era *suficiente*, el objetivo habría sido probablemente el de la autosubsistencia: a través del cultivo de diversos productos y la cría de ganado mixto alcanzar a producir una variedad y cantidades de alimentos adecuadas para alimentarse a lo largo del ciclo productivo y quizás un pequeño excedente para intercambiar en el mercado. Por el contrario, si el pedazo de tierra no bastaba para mantener al grupo humano, entonces una alternativa podía ser la especialización en cultivos comerciales o artesanales —y la consiguiente exposición a los riesgos de las malas cosechas y el colapso de los mercados—. En última instancia, trabajar para los grandes terratenientes como aparceros o jornaleros también podría haber sido una opción para quienes disponían de poca tierra (Halstead, 2012).

Las cambiantes condiciones políticas produjeron cambios en las formas en que la población rural trabajaba la tierra en el transcurso del período romano analizado. En distintas épocas, pero con mayor intensidad a partir del siglo II a.n.e, las fuentes reflejan un proceso de apropiación de la tierra por parte de los terratenientes más ricos a costa de los pequeños propietarios. La constitución de grandes latifundios (*villae*), gestionados y trabajados por esclavos y jornaleros para un propietario ausente, orientados a la producción agrícola a gran escala (extensiva), se convirtió en la principal

fuente de riqueza de las élites de la República Tardía y el Alto Imperio. Los tratados de agricultura romanos (los de Catón, Varrón y Columela) mencionan tanto la existencia de mano de obra esclava como libre, lo que sugiere posibles interacciones entre los grandes latifundios y las comunidades vecinas de pequeños propietarios. La difusión de la mano de obra esclava y el desarrollo del latifundio afectaron sin duda la situación de los pequeños propietarios, que en muchos casos vieron comprometida su subsistencia y su capacidad para complementar su producción en el mercado al no poder producir, almacenar ni intercambiar productos al mismo volumen que sus vecinos más afortunados. Según Halstead (2012, p. 37) las conquistas militares y la desigualdad en la propiedad de la tierra habilitaron la disponibilidad de mano de obra para proyectos de capital y para la cría intensiva en las *villae* de la élite.[65] En este sentido, el desplazamiento de los pequeños propietarios de sus parcelas originales podría haber propiciado el crecimiento de las poblaciones urbanas en época imperial. Al mismo tiempo, la especialización de los latifundios, la creciente urbanización y el desarrollo de los mercados también contribuyeron a crear una demanda de bienes y servicios que ofreció oportunidades laborales a la población rural desplazada.

El arrendamiento era otra forma posible de utilización de la tierra. En líneas generales, además de asegurar su propia subsistencia, los arrendatarios debían pagar una renta al propietario, comprometiendo así una parte de la producción para esos fines. Sin embargo, algunas formas de arrendamiento, como la aparcería —en la que el propietario aportaba el capital y los arrendatarios su mano de obra— trasladaban al propietario parte de los riesgos de las malas cosechas. Las posibilidades dentro de este tipo de acuerdo eran variadas. Los arrendatarios no eran necesariamente pobres ni vivían en condiciones de subsistencia, sino que abarcaban un amplio espectro de realidades socioeconómicas (Foxhall, 1990).

Para los territorios fuera de Italia, es decir, las provincias, las consecuencias de caer bajo el poder romano estaban relacionadas con las imposiciones de los conquistadores, ya fuera en forma de impuestos o tributos, que extraían cantidades variables de los recursos y bienes producidos localmente, y llevaban a la apropiación de los terrenos, ya fuera como tierra pública por parte del Estado romano o como propiedad privada por las élites.

Almacenamiento y conservación de alimentos

La situación de productores y no productores de alimentos era marcadamente diferente, puesto que los productos alimenticios debían recorrer distintos circuitos para llegar a ellos. Tras la recolección de los frutos de la tierra, el almacenamiento, la conservación, el transporte y el intercambio eran etapas clave para que esos productos fueran accesibles a las poblaciones no productoras de alimentos.

El desarrollo tecnológico en el mundo romano ha sido caracterizado como "subdesarrollado" en las visiones históricas tradicionales (Garnsey y Saller, 2014). Sin embargo, más allá del nivel de

[65] En términos similares, Hin (2013, p. 46) consideró el creciente número de villae en la República Tardía como un signo de innovación y especialización. Sin embargo, también observó que los alimentos necesarios para los trabajadores se producían en la propia hacienda, señalando así la necesidad de todas las unidades productivas de garantizar ante todo la subsistencia.

desarrollo tecnológico, lo que valía era el uso de la tecnología disponible. Para garantizar el aprovisionamiento, los almacenes y el conocimiento sobre el impacto de las condiciones climáticas sobre los cultivos eran esenciales. No todos los productos podían almacenarse, y seguramente no de la misma manera. Los cereales, las legumbres, los frutos secos y las semillas necesitaban un entorno seco (Curtis, 2001). La carne y el pescado sólo podían almacenarse si se procesaban previamente mediante procedimientos de ahumado, secado o salazón. Las frutas y verduras solían consumirse frescas, aunque los romanos también aplicaban diversas técnicas para su conservación que, por supuesto, implicaban un procesado previo: secado, elaboración de conservas y la inmersión de las frutas en arcilla.

El almacenamiento desempeñaba varias funciones clave en función del volumen de producción y de los recursos de la unidad productiva. En el nivel más básico, el almacenamiento permitía consumir los productos cosechados a lo largo del año y, si era posible, que permitir duraran hasta la cosecha siguiente (hay que tener en cuenta que los distintos productos se cultivaban y cosechaban en épocas diferentes).[66] Por otro lado, si el volumen de producción y las instalaciones de almacenamiento lo permitían, el excedente podía almacenarse hasta que las condiciones del mercado fueran favorables (cuando los precios eran altos), y así se podía obtener un beneficio, a menos que hubiera que vender los productos antes para pagar impuestos o rentas monetarias. La capacidad de los pequeños propietarios y arrendatarios para almacenar la producción frente a los grandes terratenientes era desproporcionadamente menor (Curtis, 2001).

El procesamiento de la cosecha dependía en gran parte del acceso a la tecnología. Las grandes prensas de vino y aceite, propiedad de terratenientes ricos, podían producir grandes cantidades de esos productos, una parte de los cuales podía intercambiarse a través de canales comerciales interregionales. En el caso de los pequeños y medianos propietarios no especializados en esos productos, era más probable que utilizaran las instalaciones de los grandes terratenientes, accedieran a prensas comunales o aplicaran métodos de prensado más sencillos.[67] Su producción, como consecuencia, era menor en cantidad y de menor calidad, por lo que probablemente fuera utilizada para fines domésticos.

Transporte e intercambio

> Todos los alimentos que no eran consumidos por sus productores se distribuían mediante algún tipo de intercambio. (Broekaert & Zuiderhoek, 2012, p. 47).

---

[66] Así lo explica Erdkamp (véase "Carry-over", 2005, p.143)

[67] Curtis (2001) sostiene que durante el período grecorromano "la tecnología alimentaria (...) experimentó avances significativos en algunas áreas, pero casi un estancamiento en otras" (p. 420). Esto se explica por las diferencias de desarrollo tecnológico y de uso entre los terratenientes ricos y los pequeños campesinos. Por un lado, el aumento del desarrollo comercial, como en el comercio del aceite de oliva en España y el norte de África, permitió la inversión de capital en tecnología impulsada por la expectativa de un beneficio. De este modo, los terratenientes ricos pudieron disponer de los medios y el interés para invertir en tecnología de transformación, lo que se tradujo en avances tecnológicos. En cambio, por lo que respecta al resto de la población, es decir, los pequeños campesinos, el autor habla de un "conservadurismo" tecnológico, ya que seguían utilizándose métodos más sencillos y tradicionales de transformación de los alimentos.

El intercambio de alimentos en el mercado, y otras formas de redistribución, como la munificencia cívica, requerían el transporte seguro de los recursos desde las áreas productoras hasta alcanzar a la población no productora de alimentos. Los productos secos y procesados (grano, legumbres, semillas, frutos secos, condimentos, aceite, vino, salsa de pescado) podían transportarse a través de largas distancias sin que su calidad se viera afectada; sin embargo, debían introducirse en contenedores —ánforas, pieles o sacos— y mantenerse libres de humedad y bichos. En cambio, los productos frescos —carne, frutas, hierbas y verduras— eran aptos para el consumo en un período corto y no podían ser trasladados a través de grandes distancias. Esto imponía necesariamente circuitos de transporte diferentes. Los circuitos interregionales de productos alimenticios involucraban principalmente al grupo de productos secos y procesados (ya fuera a través de canales estatales o privados). El transporte a largas distancias se realizaba principalmente por mar, ya que el transporte terrestre era costoso y complicado. El mar Mediterráneo sólo era navegable entre abril y noviembre. Sin embargo, en algunas partes era posible realizar envíos costeros o de corta distancia.

El traslado de productos frescos implicaba su transporte a distancias más cortas y podía realizarse bien por tierra (mediante el uso de animales a pie), bien a través de la navegación costera o fluvial. Los animales destinados para su consumo podían conducirse a pie hasta el mercado, y las frutas y verduras debían transportarse en cestas y en carros.

Como explicaron Broekaert y Zuiderhoek (2012), los sistemas de intercambio de alimentos no funcionaban a la perfección en la Antigüedad mediterránea. Aunque el fragmentado paisaje mediterráneo impedía que regiones enteras sufrieran escasez (ya que la escasez en una región podía compensarse con la superabundancia en otra), las poblaciones aisladas y las regiones del interior habrían experimentado mayores dificultades para acceder a los canales de intercambio y comprar así los alimentos necesarios.

El Estado romano desarrolló un sistema de redistribución, la *annona*, orientada al suministro de grano a la ciudad de Roma y al ejército. Sicilia, Cerdeña, Egipto y el norte de África eran las principales regiones productoras de grano y su producción se transportaba a través de barcos comerciales subvencionados (Broekaert & Zuiderhoek, 2012, p. 47). Otra forma de redistribución de alimentos fuera del mercado era a través de la munificencia de las élites en forma de banquetes, donaciones de grano o los ya mencionados *alimenta*.

Mercados y ferias

En el contexto urbano existían mercados y lugares de reunión donde se vendían, compraban e intercambiaban alimentos, entre otros productos. Las grandes ciudades solían contar con lugares definidos para la comercialización de productos alimentarios específicos, como los *macella* y los diversos *fora* (por ejemplo, el *forum holitorium*, el *boarium*, el *piscarium* y el *venalium* en la ciudad de Roma). En el medio rural, sin embargo, las ferias periódicas locales, regionales e interregionales, que conectaban diferentes circuitos alimentarios, servían tanto para la adquisición de alimentos complementarios como también para la venta de excedentes agrícolas y artículos exóticos (De Ligt, 1993).

En las ciudades, también podían encontrarse emplazamientos permanentes como las tiendas de alimentos cocinados —las *popinae* o las *thermopolia* halladas en Pompeya—, y puestos temporales instalados en pórticos, esquinas y patios (Broekaert & Zuiderhoek, 2012, p. 51; Holleran, 2016, 2017).

Los ricos también tenían la opción de comprar grandes cantidades de alimentos básicos como grano, vino y aceite en subastas, y almacenarlos en sus propiedades.

Preparación y consumo de alimentos

La preparación de los alimentos es un elemento clave, aunque relegado, a la hora de analizar los sistemas alimentarios antiguos y modernos. La preparación de los alimentos es tan importante como su producción y distribución dado que la nutrición de nuestros cuerpos exige en la mayoría de los casos algún tipo de intervención de los productos naturales para volverlos comestibles. Lavar y pelar frutas y verduras, remojar legumbres, amasar, sacrificar y disecar animales, cocinar, hornear y asar son actividades que requieren de conocimiento y tiempo. Si bien hay referencias esporádicas a estas actividades en las fuentes antiguas, no se reconocían —y siguen sin reconocerse— como contribuciones importantes a la alimentación de la sociedad. Como exploraremos en el capítulo 6, estas actividades eran llevadas a cabo principalmente por mujeres, tanto en contextos rurales como urbanos.

En cuanto al consumo, la mayoría de los estudios sobre la alimentación en el mundo romano se han centrado en las fiestas comunales religiosas y cívicas y en el valor cultural y representativo de algunos alimentos concretos. El consumo cotidiano de alimentos, en cambio, es un tema mucho más esquivo. Los comentarios sobre este tema en las fuentes antiguas son marginales y, en consecuencia, los estudiosos lo han abordado a través de sus propias teorías y preconceptos. Analizaremos esta cuestión en la siguiente sección.

3.4: Sistemas alimentarios y seguridad alimentaria

El funcionamiento de los sistemas alimentarios depende en gran medida de la economía. Esto significa que tanto la disponibilidad de recursos, trabajo y conocimientos, como también de medios de producción y de intercambio, la tecnología y la lógica económica general influyen en el papel que desempeña la alimentación en la dinámica social humana. En la sociedad romana, la alimentación y la economía se encontraban entrelazadas con los ámbitos político y militar. Como hemos analizado anteriormente, el cambio en la extensión del poder romano, desde su territorio original en la región del Lazio, hasta el contexto más amplio de la cuenca mediterránea, y el consiguiente poder político y militar sobre ese territorio, afectaron la organización de los sistemas alimentarios regionales e interregionales en términos del acceso a la tierra, el uso de la mano de obra, el transporte y el intercambio.

Peter Garnsey (1999) se preguntó si en las sociedades grecorromanas se dieron las condiciones favorables para la producción de alimentos — incluyendo en ellas a la propiedad y el acceso a la tierra, la tecnología agrícola y el medio ambiente— y si los mecanismos de mercado fueron exitosos en promover la circulación entre las zonas con excedentes y las deficitarias (p. 5). Detrás de estas cuestiones, subyace la noción de *seguridad alimentaria*. Como se mencionó anteriormente, *seguridad alimentaria* refiere a la situación en la que la nutrición y la salud de las generaciones presentes y futuras está asegurada como consecuencia del adecuado funcionamiento de los sistemas alimentarios. Por lo tanto, el funcionamiento de los sistemas alimentarios tiene un fuerte impacto en la dinámica poblacional: la posibilidad de crecimiento, estancamiento o declive de una población depende de su salud y nutrición general (esperanza de vida, mortalidad y fertilidad), de sus posibilidades económicas (disponibilidad de recursos, mano de obra y tecnología en la producción de alimentos) y de las decisiones políticas que afectan a la distribución a los distintos grupos de los alimentos producidos.

Reconsiderando las preguntas de Garnsey sobre la producción era suficiente y la circulación entre zonas de excedente y zonas de escasez de alimentos, es necesario explorar, en primer lugar, lo que implicaba la seguridad alimentaria para las sociedades romanas y, en segundo lugar, cómo funcionaban los sistemas alimentarios a la luz de los análisis actuales de la dinámica demográfica romana.

Seguridad alimentaria

> En las economías caracterizadas por la debilidad de los mercados, nada ofrecía tanta seguridad alimentaria a largo plazo como la producción directa. (Erdkamp, 2005, p. 322)

En su sentido más básico, la seguridad alimentaria refiere a la disponibilidad de alimentos suficientes y variados para garantizar las necesidades nutricionales del cuerpo humano, permitiendo así la continuidad de los individuos y de su grupo.[68] Por el contrario, la inseguridad alimentaria se produce cuando los alimentos no están disponibles o no se encuentran en buenas condiciones para la alimentación y la nutrición humanas. Proponemos entender la seguridad alimentaria en relación con el concepto de *subsistencia* para el análisis histórico. Aunque existen divergencias respecto de las interpretaciones del concepto de *subsistencia*,[69] debemos considerar que el propósito más inmediato

[68] La FAO ha definido la seguridad alimentaria como "una situación que se da cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico, social y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimenticias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana" (FAO, 2002). Esta definición plantea un ideal, más que un reflejo de la realidad. Los determinantes de la seguridad alimentaria en la actualidad no son los mismos que en la antigüedad —principalmente porque los sistemas alimentarios funcionan de forma diferente—, pero se considerarán los elementos básicos de esta definición para el análisis del mundo romano, a saber: el acceso a los alimentos, la nutrición y la salud.

[69] En la literatura sobre la producción campesina antigua, el término "subsistencia" abarca una gama variable de significados. Tradicionalmente, se ha entendido como el nivel mínimo con el que una población podía reproducirse, lo que implicaba que la misma vivía al borde de la inanición, si se producía una mala cosecha o un desastre climático. Sin embargo, el concepto de "excedente normal" (Halstead, 1989) permitió interpretar la

de cualquier individuo o grupo es garantizar su continuidad. A medida que los grupos humanos se hicieron más complejos, pusieron en juego diferentes estrategias para garantizar la subsistencia. La subsistencia no consiste sólo en "vivir a duras penas", sino en producir lo suficiente para asegurar la existencia a largo plazo. Además, más allá de la necesidad de producir suficientes alimentos, su transformación, almacenamiento y preparación son aspectos clave para alcanzar la seguridad alimentaria. Esto implica la realización de numerosas tareas que implican mecanismos sociales y económicos complejos, y exigen esfuerzos permanentes de al menos una parte de los grupos humanos. Tradicionalmente, el trabajo necesario para garantizar la subsistencia no ha sido considerado como tal, ya que se realiza principalmente en el ámbito doméstico y es llevado a cabo por las mujeres. Nos referimos aquí a las actividades de reproducción y mantenimiento, que serán analizadas con más detalle en el capítulo 6.

Como sugiere la cita de Erdkamp, la producción directa de alimentos era la forma más segura de acceder a ellos. Y, como ya se ha mencionado, la capacidad de los productores de alimentos para alcanzar los objetivos de subsistencia dependía, principalmente, del acceso a la tierra, la capacidad laboral, los acontecimientos medioambientales y los factores políticos y económicos. Para los pequeños agricultores orientados al mercado y la población dedicada a la aparcería o al trabajo asalariado, la inestabilidad del mercado y de los precios amenazaba su subsistencia. Por el contrario, para las poblaciones no productoras de alimentos, la seguridad alimentaria dependía, en primer lugar, de la producción de excedentes por parte de los sectores productores de alimentos, y después del transporte y distribución a través de canales estatales o privados. Asimismo, estos grupos dependían de su capacidad de obtener ingresos de los bienes y servicios que ofrecían para poder comprar alimentos en el mercado o debían apoyarse en su estatus político y social para adquirir alimentos a través de canales no comerciales y, finalmente, consumirlos.[70]

Más allá de garantizar una producción, distribución y consumo adecuados, la seguridad alimentaria implica también el acceso a los alimentos en buen estado. El concepto moderno de seguridad alimentaria se refiere a alimentos "aptos para el consumo humano y no nocivos para la salud".[71] En la

---

producción del "agricultor de subsistencia" más allá del concepto de necesidades físicas mínimas. Garnsey (1999) sostuvo que el "excedente normal" formaba parte de las estrategias de supervivencia de los campesinos. La necesidad de los mismos de acudir al mercado para obtener productos complementarios o para pagar créditos o impuestos exigía el uso de ese excedente, poniendo en peligro, como consecuencia, su propia subsistencia.

Horden y Purcell (2000), por su parte, criticaron el uso del término "subsistencia" como asociado a la idea de disponer "lo mínimo necesario para continuar con vida". Elemento que, según ellos, sustentaba una visión evolucionista del pasado. En su lugar, afirmaron que, dadas las condiciones ecológicas mediterráneas, "la sobreproducción es el único plan seguro" (pp. 271-272). Más recientemente, Erdkamp (2005) consideró que el objetivo mínimo culturalmente determinado de los campesinos estaba generalmente por encima de las necesidades físicas de subsistencia. Al mismo tiempo, sostuvo que se valoraba más la existencia a largo plazo que el beneficio a corto plazo.

[70] "La seguridad alimentaria de los pequeños agricultores orientados al mercado se veía amenazada cuando subían los precios de los alimentos y/o cuando bajaba el precio de los servicios, los bienes o los cultivos comerciales. Por lo tanto, un factor importante en el grado de especialización y comercialización era el grado en que la economía en general ofrecía estabilidad de precios y una demanda segura de bienes y servicios" (Erdkamp, 2005, p. 329).

[71] En el último Informe de la Cumbre sobre Sistemas Alimentarios (UN Food Systems Summit) se estableció que la seguridad alimentaria apunta a todos los peligros que hacen que los alimentos sean nocivos para la

antigüedad, la seguridad alimentaria implicaba prácticas de producción, cosecha, recolección, almacenamiento, procesamiento y preparación que preservaban el estado de los alimentos. El consumo de frutas y verduras podridas o inmaduras, las cualidades venenosas de algunas plantas y la contaminación por plomo en las antiguas poblaciones romanas han sido señalados por autores modernos y antiguos.[72] En este sentido, las prácticas sanitarias también eran relevantes en términos de seguridad alimentaria. El conocimiento acerca de qué plantas eran aptas para el consumo humano y cuáles constituían un peligro para la salud, así como también sobre la forma en que los alimentos podían utilizarse para tratar enfermedades e indigestiones, resultaba esencial. Los saberes médicos y populares proveyeron diversas pautas respecto de cómo llevar a cabo prácticas alimentarias saludables. No sólo proporcionaban información sobre la identificación y el tratamiento correcto de los productos naturales para ser transformados en alimentos, sino que también apuntaban a formas de tratar las indigestiones o intoxicaciones alimentarias. El concepto del *continuo alimento-medicina* en el mundo romano, como se explicará en el capítulo 7, evidencia la estrecha relación entre el acceso a los alimentos, su adecuado procesamiento y consumo, con la nutrición y la salud.

La otra cara de la seguridad alimentaria eran las crisis alimentarias. Desde la aparición de la obra seminal de Garnsey en 1988, las crisis alimentarias en la Antigüedad han captado mucha atención. Allí el autor se centraba en las hambrunas, afirmando que, aunque la escasez de alimentos era algo habitual en la Antigüedad, las verdaderas hambrunas eran poco frecuentes (p. 39). A lo largo de su obra, el autor exploró las respuestas institucionales a las crisis alimentarias, señalando su limitada capacidad para intervenir en los sistemas alimentarios. Más recientemente, Erdkamp (2018) introdujo la cuestión del rol de las causas naturales en las crisis alimentarias, siendo la distribución de las precipitaciones y la variación de la temperatura los elementos clave que afectaban a los cultivos en el entorno mediterráneo. En este sentido, la influencia de las decisiones políticas y las instituciones sociales para superar los períodos de escasez de alimentos ha sido clave La capacidad del Estado romano para intervenir en los sistemas alimentarios se concentraba principalmente en el mercado de cereales, como ya se ha mencionado. De este modo, se aliviaba la situación de las poblaciones urbanas en caso de escasez o de perturbaciones del mercado, trasladando los recursos de una región a otra a través de canales estatales. Para quienes vivían en asentamientos rurales, los lazos horizontales eran el principal sistema de apoyo, pero si la situación era grave, acudir a la ciudad era la opción más segura.

La seguridad alimentaria no es sólo cuestión de disponer de alimentos suficientes y de saber administrarlos. Desde una perspectiva nutricional, incluso tener acceso y consumir suficientes

---

salud del consumidor. Esto puede incluir la contaminación de los alimentos con elementos biológicos, patógenos o productos químicos (contaminantes naturales o procesados, residuos de plaguicidas o medicamentos veterinarios, etc.) durante la producción, el procesamiento, el almacenamiento (incluida, entre otras cosas, la falta de un almacenamiento adecuado en frío), el transporte y la distribución de los alimentos, así como también en la manipulación de los mismos en el hogar. Neufeld, et al. (2021, p. 44).

[72] Sobre el envenenamiento en general, véanse Kaufman (1932), Galatas (2007) y Cilliers (2019); sobre el envenenamiento por plomo en particular, véanse Retief & Cilliers (2006) y Moore et al. (2020). Sobre las legumbres y su procesamiento adecuado antes del consumo, véase Heinrich & Hansen (2019). Sobre el consumo de frutas y hortalizas inmaduras, véase Galen Alim. Fac. K 531, 534, 556, 565, 571, 589, 608.

alimentos no garantiza la subsistencia porque una absorción adecuada de nutrientes por el organismo no es siempre posible. La *malnutrición secundaria* (véase el Capítulo 2) refiere al padecimiento de enfermedades o condiciones fisiológicas anormales que interfieren en la absorción de nutrientes por el organismo. Muy a menudo, la *malnutrición primaria* —o la ingesta de cantidades inadecuadas de nutrientes— y la secundaria coexisten en el mismo individuo (Solomons, 2005). En este sentido, aunque los sistemas alimentarios funcionaran de forma óptima en el mundo romano, aún así la seguridad alimentaria y una nutrición adecuada no habrían estado garantizadas. Como se explica en el capítulo siguiente, el impacto de algunas de las enfermedades y afecciones que provocaban una mala absorción de nutrientes variaba estacionalmente. Por lo tanto, podemos ver que la seguridad alimentaria no sólo dependía del funcionamiento de los sistemas alimentarios, sino que también se veía muy afectada por el medio ambiente y por la intervención humana.

3.5. Seguridad alimentaria de mujeres y niños (pasado y presente)

Los sistemas alimentarios deben ser sostenibles, equitativos y resilientes para proporcionar seguridad alimentaria. Esto implica que la seguridad alimentaria reside en las relaciones que los seres humanos establecen con el entorno natural para alimentarse, en la capacidad de los sistemas alimentarios en funcionamiento para adaptarse a situaciones cambiantes y, a nivel social y biológico, en la satisfacción de las necesidades individuales y de las expectativas sociales. Teniendo en cuenta los ciclos fisiológicos que experimentan mujeres y niños y sus cambiantes requerimientos nutricionales, explorados en el capítulo anterior, podemos afirmar que la seguridad alimentaria para ambos significa disponer de acceso a una amplia variedad de fuentes de alimentos para cubrir sus necesidades de macro y micronutrientes a lo largo de esos ciclos y, al mismo tiempo, de medios y conocimientos para buscar alternativas cuando esas necesidades no pueden ser satisfechas. En la imagen ofrecida por las organizaciones internacionales las conexiones entre el funcionamiento de las variables macroeconómicas consideradas anteriormente y las dinámicas específicas de adquisición, preparación y consumo de alimentos dentro de los hogares están ausentes. En la publicación *Gender and Nutrition Fact Sheet,* de la FAO (2010), se afirma que las mujeres se encuentran en una "posición única para reducir la malnutrición". Dado que ellas son las responsables de cultivar, comprar, procesar y preparar la mayor parte de los alimentos que se consumen, se cree que su intervención es clave para mejorar la nutrición de todos los integrantes del hogar. En este contexto, se entiende por seguridad alimentaria al acceso a información sobre nutrición y a recursos — sea en forma de ingresos, tierras, equipamiento, servicios financieros o formación—. Al mismo tiempo, desde el punto de vista de esta organización las diferencias y desigualdades de género, sociales, económicas y biológicas son las principales causas que obstaculizan la buena nutrición de las mujeres y los niños (FAO, 2010). Sin embargo, no está claro cómo las mujeres pueden trascender las razones que derivan en su vulnerabilidad, relacionadas con desigualdades estructurales, sociales, culturales y de género, para contribuir activamente a la nutrición de todo el hogar. Estas desigualdades, a las que se

hace referencia, bien podrían interpretarse como el resultado de las formas específicas en que se articula el poder patriarcal en las distintas sociedades —mediante el cual los varones ostentan privilegios legales, sociales y culturales sobre las mujeres—, aunque la FAO no parece llegar tan lejos. La afirmación de que las mujeres se encuentran en una posición única para luchar contra la malnutrición dado que están a cargo de las actividades domésticas relacionadas con la alimentación (cultivo, compra, almacenamiento y preparación de alimentos) implica, entonces, sostener que además de sufrir desigualdades estructurales, se las hace responsables de asegurar el bienestar de sus familias.

Parece existir una contradicción en el discurso de estas instituciones entre la situación de las mujeres dentro y fuera del hogar: mientras que se reconoce que dentro de la casa tienen acceso, control y decisión sobre los recursos, en el contexto más amplio de la dinámica social, se las sigue considerando "vulnerables" y se les asigna una posición subyugada.

Como se mencionó anteriormente, Garnsey (1999) sugirió entender la asignación de alimentos dentro de la familia como resultado de la interacción entre estatus y poder, que en una sociedad patriarcal, como la romana, operaría en contra de las mujeres y los niños. El análisis de Garnsey sobre la alimentación de mujeres y niños en la Antigüedad se apoya fuertemente en la concepción de Amartya Sen (1987) sobre género y *entitlement* (véase también el apartado 1.6). Sen sostuvo que el estatus económico de las mujeres en comparación con el de los miembros masculinos del hogar se veía reducido por una combinación de una percepción de las tareas domésticas como "improductivas", menores oportunidades para las mujeres de ganar dinero fuera de sus hogares y una mayor preocupación por el bienestar de los demás miembros de su grupo. La reinterpretación de la teoría de Sen por parte de Garnsey, a su vez, ha influido enormemente los análisis actuales sobre la distribución de alimentos dentro del hogar en la sociedad romana.

Sin embargo, conviene hacer algunas observaciones al respecto. En primer lugar, la teoría de Sen ha sido pensada para períodos de crisis, no para tiempos normales.[73] Esto significa que cuando la comida era suficiente, la distribución desigual de los recursos dentro de la familia puede no haber sido la norma. En esos casos, más bien, habría tenido lugar una distribución más adecuada, tal vez con base en ideas relacionadas con las necesidades nutricionales y los recursos disponibles.

En segundo lugar, Sen sostuvo que el trabajo doméstico, incluida la compra, el crecimiento, la administración y la preparación de alimentos, a menudo se consideraba *trabajo improductivo* y no era remunerado, aunque él mismo reconoce que este trabajo resulta absolutamente necesario para el sustento, la supervivencia y la reproducción. La interacción entre el trabajo necesario de subsistencia y su falta de reconocimiento social, según los trabajos de Sen y Garnsey, se traducen en una posición económica inferior de las mujeres tanto dentro como fuera del hogar. A pesar de ello, la noción de poder y control sobre los recursos, atribuida a los hombres en virtud de su participación en una sociedad patriarcal, colapsa con la afirmación del trabajo de subsistencia, supervivencia y

[73] Sen (1987) refiere a los “conflictos cooperativos” en tiempos de crisis, en los que interesan las percepciones, las medidas de bienestar y las contribuciones de las personas implicadas.

reproducción como dominio de las mujeres. Lo mismo puede decirse respecto de las afirmaciones de la FAO: si las mujeres cultivaban, compraban, administraban y preparaban los alimentos, entonces es necesario explicar en qué etapas intervenían en el control real de los recursos alimentarios por parte de los varones. Propiedad no es lo mismo que control o administración.

En tercer lugar, para Sen, el embarazo y la crianza de los hijos redundaban en una disminución de la percepción respecto de la importancia económica de la contribución de las mujeres al interior de la familia, lo que se traducía en una peor posición de cara a la distribución de alimentos. Sin embargo, en la interpretación de Garnsey, el trabajo reproductivo de las mujeres era la única razón por la cual podían ser consideradas como "productoras" y, en consecuencia, fortalecer su posición en relación a la distribución de alimentos. Entonces, ¿eran el embarazo y la crianza de los hijos razones para mejorar la situación de las mujeres dentro del hogar en términos de alimentación, o no? En este sentido, quisiera sugerir que las necesidades percibidas de las mujeres embarazadas y el valor social de la reproducción también deben interpretarse como factores que afectan las decisiones sobre los recursos, en lugar de reducirlo todo a su "contribución económica". En cuarto lugar, por lo que respecta al papel económico de la mujer en la familia y en la sociedad, el autor añade que la obtención de recursos fuera del hogar contribuía a mejorar definitivamente la situación de la mujer dentro de la familia. En este sentido, un modelo que no ha sido concebido para dar cuenta de las dinámicas de las sociedades del mundo romano no puede aplicarse, sin previos recaudos. No existían muchas opciones para las mujeres libres de trabajar fuera de sus hogares. Su principal fuente de ingresos era participar en la producción agrícola, antes que emplearse a cambio de un salario. Trabajos como el de las nodrizas, realizados exclusivamente por mujeres y a cambio de dinero, eran excepcionales.

Por último, pero no por ello menos importante, la noción presente en la interpretación de Sen de que las mujeres actuarían en contra de su propio bienestar individual y a favor de los demás miembros de su grupo, aunque posible, no puede tomarse como una característica monolítica de todas las sociedades sin poner en riesgo el reconocimiento de la agencia de las mujeres a lo largo de la historia.[74]

Dado que la reinterpretación de Garnsey de la teoría del *entitlement* ha sido reproducida por otros autores, quisiéramos señalar que en su propuesta emerge una contradicción entre las actividades y las decisiones implicadas en el trabajo doméstico y de mantenimiento llevadas adelante principalmente por mujeres, su contribución a la subsistencia de todos los integrantes del hogar, y la supuesta influencia de los *acuerdos patriarcales* prevalentes en la sociedad, en el contexto de la distribución de los alimentos en el hogar. Si la experiencia alimentaria de todas las mujeres estaba marcada por su sometimiento social y, como sostenía Garnsey, recibían una parte menor de los recursos alimentarios, esto tendría consecuencias en su nutrición y salud. Si las mujeres estaban, por

[74] "La motivación subyacente a la respuesta direccional que se especificará aquí está relacionada con el hecho de que una persona puede obtener un peor trato en la solución colusoria si su interés percibido toma poca nota de su propio bienestar. Como ya se ha comentado, este sesgo de percepción en la dirección de los intereses de los demás en la familia puede aplicarse, en particular, a las mujeres en las sociedades tradicionales" (Sen, 1987, p. 24).

norma, en desventaja nutricional, su capacidad para parir y amamantar a sus hijos, y por tanto para reproducirse, se habría visto comprometida. Por otro lado, las tareas domésticas, sorprendentemente ausentes en la obra de Garnsey, implicaban el contacto directo y el control por parte de las mujeres de los recursos alimentarios; así pues, si bien los valores sociales y culturales desempeñaban ciertamente un papel importante, no implicaban necesariamente la intervención directa del varón. La forma específica en que el *patriarcado* se articulaba en la distribución intrafamiliar de recursos es una cuestión que aún precisa explicación.

La supuesta preferencia cultural por los niños frente a las niñas ha sido reconocida como un rasgo social de la antigua sociedad romana.[75] Cuando se analiza la alimentación de las mujeres romanas, a menudo se hace referencia a los prejuicios de género, asumiendo que las niñas estaban peor alimentadas que los niños.[76] Aunque esto puede ser posible, no tiene por qué haber sido la norma. Incluso si fuera ésta la tendencia, también habría que tener en cuenta la estacionalidad y la disponibilidad de recursos. El estudio de Rousham (1999) sobre los efectos del sesgo de género en el crecimiento infantil y el estado nutricional, aunque centrado en el Asia meridional moderna —específicamente en Bangladesh—, resulta revelador de las variaciones posibles dentro de una misma sociedad *patriarcal*. La autora estudió el crecimiento de niños y niñas en relación con su estatus socioeconómico (si la familia era terrateniente o no) a lo largo de diferentes estaciones (16 meses exactamente). Observó que durante las épocas de penuria (hambruna resultante de las inundaciones monzónicas del año anterior sumado a la sequía invernal), las niñas de hogares sin tierra experimentaban las peores condiciones nutricionales en comparación con las niñas de hogares propietarios y los niños en general. Sin embargo, tras la estación de los monzones y una buena cosecha de arroz, las niñas pertenecientes a hogares sin tierra crecieron bastante más que sus homólogos varones. La autora concluyó que la discriminación de género era una respuesta a la adversidad económica, más que la regla, y que cuando las condiciones de vida mejoraron, las prácticas discriminatorias se aliviaron y las niñas sin tierra experimentaron un crecimiento de recuperación (“catch-up growth”) (1999, p. 49).

El estudio de Rousham demuestra que las prácticas culturales y sociales no son necesariamente monolíticas. Existen variaciones entre sociedades y en el tiempo. Así pues, aunque consideramos a las teorías de Garnsey —y Sen— como representativas de las prácticas culturales dominantes, no debemos perder de vista que han sido pensadas para épocas críticas. Dado que ninguna sociedad podría haber prosperado en un estado de crisis perpetua, merece la pena analizar cómo podrían haberse distribuido los alimentos dentro del hogar en tiempos normales. Si las niñas y mujeres

[75] Garnsey (1999, p.112) cita a Jack Goody en relación con los prejuicios sexistas: "Aunque las mujeres alimentan a los niños pequeños independientemente de su sexo, no necesariamente los alimentan por igual, al menos después del destete. En las sociedades en las que se da preferencia a los hijos antes que a las hijas, las propias mujeres pueden ser los instrumentos de su propia subordinación" (Goody, 1982, p. 68).

[76] Garnsey (1999) afirmó que los varones se veían favorecidos al recibir más alimentos ricos en proteínas que las niñas y las mujeres. Hin (2013) apoyó esta opinión al interpretar las diferencias entre la asignación monetaria de los programas Alimenta para niños y niñas como signos de preferencias culturales basadas en el género. Sin embargo, la autora se refiere a la Tabula Alimentaria de la ciudad de Veleia. A este respecto, Klokner (2019) proporcionó información sobre programas Alimenta privados en los que niñas y niños recibían el mismo trato, o incluso se favorecía a las niñas (véase el apartado 2.2).

romanas se encontraban en un estado de malnutrición perpetua (y teniendo en cuenta que la biología materna influye en cierta medida la del bebé, como se ha comentado en el capítulo anterior), entonces la reproducción biológica y social habrían estado en peligro.

La seguridad alimentaria de las mujeres y los niños en el mundo romano dependía sin duda de su acceso a alimentos suficientes, ya fuera adquiriéndolos en el mercado, cultivándolos y/o recolectándolos, o comprándolos en la calle, y de su capacidad para prepararlos y consumirlos adecuadamente, del mismo modo que para el resto de la sociedad. Sin embargo, teniendo en cuenta que sus necesidades fisiológicas eran diferentes de las de los varones (véase el capítulo 2), el grado de satisfacción de estas necesidades específicas era un aspecto crucial en su nutrición y salud. La cuestión que se plantea aquí es si las actividades que realizaban mujeres y niños les permitían acceder a los recursos y controlarlos, y en qué medida ello contribuía a satisfacer sus necesidades nutricionales.

Capítulo 4: La dimensión medioambiental

> Pero también en esto la grandeza de la Naturaleza es la misma: ¡cuántos más hombres buenos ha engendrado que los que ha cosechado! ¡Cuánto más fértil es en productos que ayudan y alimentan! (NH 18, 5)

Introducción

La adición de una dimensión medioambiental a la definición tridimensional de la nutrición propuesta por la *New Nutrition Science* en 2005 permite repensar a los alimentos y la alimentación en el contexto más amplio de las interacciones humanas con el mundo natural. Aunque la bibliografía actual sobre producción de alimentos en el pasado tiende a presentar a la naturaleza como un elemento pasivo, proveedor de recursos, y a los humanos como agentes para su control y manipulación, en realidad el funcionamiento de los sistemas alimentarios tiene también consecuencias sobre los organismos vivos y el entorno físico que, a su vez, acaban afectando a la producción de alimentos y a la salud humana y planetaria. La cita de Plinio refiere a la *Naturaleza* como creadora de alimentos y remedios, pero también como creadora de seres humanos. En este sentido, el ser humano forma parte de la creación de la naturaleza, en lugar de ser externo a ella.
En 1991 Robert Sallares escribió *The Ecology of the Ancient Greek World*, un libro muy influyente en el que articulaba un modelo biológico evolutivo para explicar el cambio en la Antigüedad. Enmarcado en el mundo griego antiguo, el autor se centró en la ecología, a la que definió como el estudio "de la distribución y abundancia de las poblaciones de organismos vivos en relación con su entorno". En esta definición incluyó no sólo a las poblaciones humanas, como se ha hecho tradicionalmente en los estudios históricos, sino también a "las poblaciones de plantas y animales de las que dependía la humanidad en la época Clásica, así como también a las poblaciones de bacterias, hongos y virus que subsistían gracias a los humanos, las plantas y los animales" (1991, p. 5). Esta perspectiva habilitó una reflexión histórica sobre las sociedades humanas en el contexto de un paisaje natural, en lugar de presentarlas actuando en el vacío. Unos años más tarde, Horden y Purcell (2000) se embarcaron en la difícil tarea de pensar el Mediterráneo antiguo y medieval desde la singular perspectiva de la "ecología histórica". Definieron a la misma como "la interacción polifacética entre la humanidad y el medio ambiente" (p. 45). Si bien la perspectiva ecológica presentada en ambas obras permitía incluir en la reflexión histórica a otros organismos vivos además de los humanos, la centralidad de los humanos —y de la acción humana — permaneció intacta.
Por *medio ambiente* se entiende a la interacción entre los componentes físicos, químicos y biológicos del mundo natural y las condiciones que afectan el desarrollo y la sostenibilidad de la vida de todos los organismos presentes en la Tierra. Así pues, las acciones humanas son sólo una parte de un complejo universo de interacciones entre entidades vivas y no vivas. En virtud de ello, el centro de

atención se desplaza del ser humano a un contexto más amplio. La propuesta de construir un relato no antropocéntrico del pasado apunta a una comprensión de las relaciones entre los agentes humanos y no humanos (animales no humanos, plantas y cosas) que hace hincapié en la *relación* entre estos elementos (es decir, entre seres/cosas que son sensibles las unas a las otras), en lugar de ver a los humanos en términos de una jerarquía y dominio en relación con el resto (Domanska, 2010). Sin embargo, aunque reconociendo la no exclusividad de los humanos en el mundo, en esta tesis sobre alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano se hace hincapié en las conexiones humanas con el medio ambiente.

Existen conexiones estrechas y complejas entre el medio ambiente, los sistemas alimentarios y la salud. Como se ha expuesto en el capítulo 3, el desarrollo de sistemas alimentarios *sostenibles* se considera hoy en día una necesidad acuciante, ya que los sistemas alimentarios actuales conducen al deterioro del medio ambiente a través de la pérdida de biodiversidad, la degradación del suelo, el cambio climático y el agotamiento de micronutrientes, entre otros efectos negativos. De manera similar, el concepto de *seguridad alimentaria* apunta a la necesidad de garantizar la salud y la nutrición de las generaciones presentes y futuras mediante la construcción de sistemas alimentarios sostenibles. En el contexto de los sistemas alimentarios, la noción de *resiliencia* refiere a la capacidad de producir alimentos suficientes tanto en tiempos normales como en períodos de crisis (Fanzo et al., 2021). Así pues, las formas en que los seres humanos interactúan con el medio ambiente con fines alimentarios y nutricionales afectan —y a su vez se ven afectadas por—elementos vivos y no vivos. En este sentido, la dimensión medioambiental de la ciencia de la nutrición replantea las ideas sobre la biología humana y los sistemas alimentarios en el escenario más amplio de la salud medioambiental y planetaria.

En este capítulo analizamos cómo podía conceptualizarse la dimensión medioambiental de la nutrición en el mundo romano. En primer lugar, ofrecemos una visión general del antiguo ambiente mediterráneo, abordando la naturaleza fragmentada de su geografía y los debates actuales sobre el cambio climático y sus efectos en la época romana. A continuación, nos referimos a las conexiones entre el medio ambiente y la evolución social e histórica y, por último, a los vínculos entre el medio ambiente y la salud y la nutrición humanas.

4.1. El ambiente Mediterráneo Antiguo: Geografía y clima

El medio ambiente mediterráneo en la Antigüedad comprendía distintas combinaciones de interacciones geográficas, climáticas y biológicas. No es éste el lugar para desarrollar un análisis detallado de dichas variaciones, pero basta con decir que existen dos aspectos que deben tenerse en cuenta a la hora de reflexionar sobre el tema. En primer lugar, como señaló Sallares, la ecología mediterránea ha cambiado con el tiempo, por lo que no debemos considerar que las condiciones ecológicas actuales fueran las mismas que en el pasado (1991, p.18). En segundo lugar, las condiciones ambientales no deben tomarse como determinantes de las poblaciones humanas, sino

que las formas en que las sociedades humanas responden a similares condiciones ambientales para su supervivencia varían enormemente (Erdkamp, 2021).

El "clima mediterráneo" se ha descrito generalmente como compuesto por veranos calurosos y secos e inviernos suaves y lluviosos, lo que coincide con las condiciones meteorológicas ideales para el cultivo del olivo (Sallares, 1991, p. 17). La estacionalidad y la variación de las precipitaciones se han señalado como elementos clave del clima mediterráneo que afectaban a la producción agrícola y, por ende, al desarrollo social. Horden y Purcell (2000) hicieron hincapié en la variabilidad de las condiciones del entorno mediterráneo, centrándose en la existencia de microrregiones con características climáticas y geográficas variables. Además, puesto que el poder romano se expandió por todo el Mediterráneo y hasta el interior continental, las condiciones geográficas y climáticas que experimentaron las sociedades romanas variaron considerablemente. No obstante, tal y como señaló Hin (2013), estas condiciones no eran estáticas; así pues, aunque podamos delimitar las condiciones climáticas generales del Mediterráneo, las interacciones entre las sociedades humanas y el medio ambiente han sido siempre cambiantes.

El debate sobre el clima en Roma

Las interpretaciones históricas sobre el cambio climático ofrecen ideas para comprender los procesos humanos y sociales en relación con el medio ambiente. En los últimos años, los estudios paleoclimáticos han servido para fundamentar interpretaciones sobre acontecimientos importantes de la historia antigua. Harper (2017) ofreció una periodización para el período romano considerando una fase de clima cálido y estable en todo el Mediterráneo desde aproximadamente el año 200 a.n.e hasta el 150 n.e., denominada "Clima romano óptimo" (RCO), seguida de un "Período de Transición Romano" (RTP), desde c. 150 n.e. hasta 450 n.e., y luego el período denominado "Pequeña Edad de Hielo" (LIA), desde c. 450 n.e. hasta 700 n.e. (p. 15).[77] Se ha sugerido que las condiciones climáticas beneficiosas pueden explicar, en cierta medida, los desarrollos históricos, dado que el período estable de condiciones más cálidas y húmedas durante el RCO coincidió con el establecimiento de un imperio mediterráneo por parte de los romanos. Sin embargo, la evolución posterior de los estudios paleoclimáticos ha contribuido a cuestionar esta imagen en la que se definen épocas climáticas bien definidas y la supuesta correspondencia con procesos históricos. Recientemente los inconvenientes que derivan del establecimiento de relaciones causales entre los cambios climáticos y los acontecimientos políticos y militares han sido expuestos. Erdkamp (2019, 2021, 2022) sostiene que, la mayoría de las veces, las coincidencias cronológicas se toman como base para asumir vínculos causales entre el clima y las sociedades humanas, conduciendo así a un "determinismo ambiental". El autor subraya que la interpretación de las coincidencias temporales entre acontecimientos humanos y ecológicos da lugar a una imagen que retrata a las sociedades humanas como sujetos pasivos de fuerzas exógenas. Además, también sostiene que debería reconsiderarse la idea de que existieron períodos de condiciones climáticas uniformes y estables. Dada la realidad fragmentada de la

[77] En inglés: “Roman Climate Optimum” (RCO); “Roman Transitional Period” (RTP) y “Little Ice Age” (LIA).

geografía mediterránea, hay que añadir a esto las posibles variaciones de los efectos del clima a lo largo y ancho de las diversas regiones.

La interpretación histórica de los datos paleoclimáticos, en particular de las sociedades primitivas, está influida, principalmente, por dos aspectos: por un lado, la disponibilidad de indicadores paleoclimáticos, y por el otro, las interpretaciones que se desprenden de la lectura de esa información en términos históricos. En cuanto a la primera, los indicadores paleoclimáticos son o muy generales o limitados y escasos; por tanto, la ausencia de datos a escala estacional o anual puede dar la (falsa) impresión de una homogeneidad en el tiempo, y la consiguiente determinación de períodos climáticos que no tienen en cuenta las fluctuaciones a corto plazo y las variaciones regionales.[78] La segunda cuestión está relacionada con las "verdades universales" que han guiado las interpretaciones del impacto del clima en las sociedades primitivas. En la actualidad, el debate sobre el clima romano gira en torno a dos aspectos que se han tomado como verdades: el vínculo positivo entre temperatura y población, y los efectos en la producción agrícola de lo que se ha identificado como condiciones climáticas beneficiosas (como, por ejemplo, las condiciones más cálidas y húmedas del RCO). En su libro sobre la dinámica de la población romana, Hin (2013) identificó dos efectos positivos del clima cálido característico de la RCO que podrían haber beneficiado a la situación económica general de la República Tardía y el Alto Imperio romanos: la mejora de la capacidad de carga y la mayor facilidad de los viajes y las comunicaciones a través del mar Mediterráneo. En cuanto al primero, la autora sostiene que las temperaturas cálidas fueron beneficiosas para la producción agrícola puesto que las plantas crecían más rápido como consecuencia, lo que probablemente se traducía en un mayor rendimiento en promedio (Hin, 2013, pp. 85-86). Heinrich y Hansen (2021) han demostrado recientemente que esta afirmación resulta demasiado simplista. Los autores ofrecieron una explicación sobre las respuestas de las plantas a los efectos del cambio climático. Establecieron consideraciones importantes sobre las diferencias entre las prácticas agrícolas premodernas y las actuales en cuanto a la diversidad de la población de cultivos y los componentes nutricionales de las plantas. Además, abordaron los mecanismos de defensa de las plantas frente al estrés ambiental, es decir, el rango de tolerancia de las plantas y su plasticidad fenotípica, como también los efectos de la intervención humana (tanto a través de la selección de cultivos como de la creación de biotopos artificiales en el contexto de los campos, cuestión que ofrece cierta protección a las plantas frente a condiciones climáticas perjudiciales). En cuanto a la idea de que el aumento de las temperaturas favorece el crecimiento de las plantas, observaron que el aumento de la radiación y de la temperatura también puede generar inconvenientes para la producción agrícola. Aunque la irradiación solar puede traducirse en más energía disponible para la fotosíntesis de las plantas, lo que se traduciría en una mayor producción de biomasa, Hansen y Heinrich sostuvieron que, en muchos cultivos alimentarios básicos, la producción de frutos y semillas resulta más importante que la de biomasa. Algunas plantas que formaban parte del entorno romano y se utilizaban como alimento, tales como las manzanas, las

[78] En cuanto a los indicadores naturales indirectos para la reconstrucción paleoclimática y su uso para interpretaciones históricas, véase el capítulo de Erdkamp "A Historian 's Introduction to Paleoclimatology" (2021).

peras, las vides y las aceitunas, necesitan un período frío para producir frutos y semillas. En consecuencia, sostienen que las respuestas de las plantas a los cambios en las condiciones climáticas no deben simplificarse: el aumento de las temperaturas no siempre es beneficioso dado que el crecimiento y el desarrollo de las plantas dependen de muchos factores, incluyendo la variedad de cultivos, las condiciones meteorológicas y ambientales específicas y la intervención humana.

El vínculo directo entre las temperaturas cálidas y el crecimiento de las plantas derivó de las interpretaciones sobre la producción agrícola y sus efectos en la dinámica poblacional. Harper (2017) sugirió que las condiciones climáticas más cálidas y húmedas durante la RCO ampliaron los límites de las tierras cultivables, lo que dio lugar a mayores rendimientos y, en consecuencia, a más alimentos disponibles *per cápita* (p. 52). El concepto de *capacidad de carga* está en el centro del debate.[79] Erdkamp (2021, p. 431; 2022) señaló que en la interpretación ofrecida por Harper subyace la falsa suposición de que la tierra apta para cultivos siempre se utiliza de forma óptima. En su opinión, la definición ecológica de la capacidad de carga no representa el cuadro completo: además de los factores puramente ecológicos, como el clima, el suelo y los rendimientos, elementos sociales, como la estructura de la propiedad de la tierra, la mano de obra, la especialización y la integración del mercado, desempeñan también un papel clave en el uso de los recursos naturales. Frente a la imagen de una determinación ecológica del funcionamiento de los sistemas agrarios, el autor subraya el papel de las estructuras sociales para responder a los cambios en las condiciones climáticas. Entre las estrategias empleadas por los agricultores para hacer frente a las condiciones climáticas cambiantes en períodos preindustriales, es preciso considerar la mano de obra disponible, las decisiones sobre los cultivos óptimos en función de sus objetivos específicos[80] y la intervención de la cooperación social y las instituciones políticas.

Una característica interesante de los estudios sobre el cambio climático es la incorporación del concepto de "resiliencia",[81] que también está presente en el análisis de los sistemas alimentarios (véase el Capítulo 3). Los seres humanos, las plantas, las entidades vivas y no vivas, como también los suelos y los paisajes, forman parte de "sistemas socioecológicos" (SES) que son a la vez complejos y adaptativos (Verboven, 2021). La noción de *resiliencia*, por tanto, refiere a las percepciones, efectos, interacciones y respuestas al cambio climático. No sólo las sociedades humanas, sino también las plantas responden y se adaptan a los cambios en las condiciones medioambientales, como señalaron Heinrich y Hansen (2021). Esta idea contribuye al abandono de

[79] Sobre el concepto de capacidad de carga y su interpretación en los estudios poblacionales, véase el apartado 1.7.

[80] Erdkamp (2021, pp. 416-417) sugirió que, mientras que los agricultores orientados al mercado respondían generalmente a las oportunidades de obtener beneficios, los agricultores de subsistencia podían tener como objetivo satisfacer sus necesidades domésticas. El autor también ofreció la idea de que el fracaso de la cosecha no debería considerarse un concepto biológico, sino más bien social, puesto que el resultado satisfactorio de la producción agrícola se basa en las expectativas del agricultor. Así, la adaptabilidad de las prácticas agrícolas a las cambiantes circunstancias climáticas y medioambientales evidencia el peso de las decisiones humanas que afectan a la economía.

[81] En los estudios sobre cambio climático el concepto de *resiliencia* se explora en el contexto del modelo de ciclo adaptativo (Erdkamp, 2021, 2022). En este sentido, el uso de este modelo para el análisis del período romano requeriría un enfoque más detallado y crítico, lo que queda fuera del alcance de esta tesis.

explicaciones simplistas sobre el vínculo entre los seres humanos y el medio natural, y fomenta la reflexión sobre las estrategias regulares y específicas que desarrollaron las sociedades humanas en el pasado para garantizar su continuidad.

4.2. Alimentación, economía y medio ambiente

Como se analizó en el capítulo 3, "La dimensión social", el marco geográfico y medioambiental romano se amplió considerablemente durante la República Tardía y el Alto Imperio. Dentro de este marco más amplio y gracias a una mayor conectividad y especialización regional —consecuencia de los acontecimientos militares y políticos—, la economía de Roma creció.[82] Esto modificó, en cierta medida, la organización de los sistemas alimentarios y, al mismo tiempo, afectó al modo en que las sociedades humanas se relacionaron con el medio ambiente. La articulación de un sistema de intercambios centrado en el Mediterráneo impuso la especialización de las distintas regiones del Imperio en estrecha relación con el clima, la geografía, las plantas y los animales locales. La producción de cereales en Egipto y el norte de África, de aceite de oliva en el sur de España y de vino en la región gala y algunas partes de la península itálica fueron consecuencia no sólo de decisiones políticas, sino también de contextos medioambientales favorables.

Alimentos del entorno romano

Resulta imposible reconstruir aquí la flora y la fauna que formaban parte del medioambiente romano en las regiones mediterráneas y fuera de ellas. Sin embargo, merece la pena analizar algunas nociones generales sobre las interconexiones entre el entorno mediterráneo y la intervención humana para fines alimentarios. Las dietas de las sociedades bajo el control romano variaban de una región a otra, pero ciertos productos han sido considerado representativos de la "dieta romana".[83]

Dado el fracturado paisaje mediterráneo, una de las principales estrategias aplicadas por los agricultores romanos fue la diversificación (véase el capítulo 3). La diversificación de los productos y de los usos de la tierra con fines alimentarios era una forma de hacer frente a la diversidad microrregional de los entornos mediterráneos que exigía flexibilidad por parte de los productores de alimentos: "La diversidad climática y topográfica mediterránea implican que sería una locura intentar satisfacer una necesidad alimentaria tan importante con una única forma de cultivo y de un solo tipo.

---

[82] Sobre el crecimiento de la economía romana, véase Jongman (2006).

[83] Existen varios trabajos provenientes de las distintas disciplinas que han intentado reconstruir la gama de alimentos consumidos por las sociedades romanas (es decir, de definir una "dieta romana"). La obra de Jacques André (1961), *L'Alimentation et la cuisine à Rome*, es la más temprana y exhaustiva compilación de menciones literarias sobre alimentos. Posteriormente, otros investigadores interesados en la alimentación y cocina romanas se refirieron, al menos en términos generales, a una "dieta romana" (Donahue, 2015; Garnsey, 1999). El libro de Garnsey de 1999, es citado frecuentemente en los estudios bioarqueológicos sobre restos óseos romanos. si bien el autor menciona el término "dieta romana" solo una vez en las conclusiones, los estudios bioarqueológicos refieren a una “dieta romana” en conexión con la obra de Garnsey. Ejemplos de estos trabajos son los de: Craig et al., 2009; Keenleyside et al., 2009; Rissech et al., 2016; y Martyn et al., 2018 —del que Garnsey es coautor.

El monocultivo de subsistencia resulta desastroso en la mayoría de los entornos mediterráneos" (Horden y Purcell, 2000, p. 201).

Los cereales han sido considerados el alimento básico del mundo romano (Foxhall y Forbes, 1982; Garnsey, 1999; Erdkamp, 2005) dado que: "producen altos rendimientos por unidad de superficie, contienen un alto valor energético por unidad de peso, pueden producirse, procesarse y transportarse de forma eficiente y barata, pueden almacenarse de forma eficiente y tener una larga vida útil" (Heinrich, 2019, p. 101). Aunque es posible determinar las condiciones ecológicamente óptimas para cada cultivo, principalmente en lo que respecta a la temperatura y la humedad, en términos generales, ha existido un alto grado de adaptabilidad de los cultivos y de las decisiones de los agricultores para hacer frente a las condiciones climáticas cambiantes (Erdkamp, 2019; véase también Heinrich, 2017). Las legumbres han sido consideradas como el complemento más importante de los cereales, ya que servían de cultivo intermedio entre estos, podían almacenarse fácilmente y utilizarse también como forraje (Horden y Purcell, 2000, p. 203). Sin embargo, antes de consumirlos, era necesario procesarlos (remojarlos y hervirlos). Se ha argumentado que su rol en la “dieta romana” debería ser reconsiderado ya que las legumbres constituyen un alimento importante por sí mismas, al ser fuente de carbohidratos, proteínas y micronutrientes (Heinrich & Hansen, 2019). Los frutos secos han sido catalogados como “alimentos de hambruna” (Garnsey, 1999) siguiendo algunos pasajes de fuentes literarias antiguas. Sin embargo, formaban parte de las estrategias alimentarias constantes de las poblaciones campesinas: estaban disponibles durante el otoño, por lo que podían almacenarse tanto para ser utilizadas como alimento como también para forraje, y eran un alimento rico en nutrientes (Horden y Purcell, 2000, p. 203). El mijo es otro ingrediente de los antiguos sistemas alimentarios romanos que ha sido ampliamente debatido. No obstante, su cultivo y consumo —también como alimento y como forraje— han sido una constante en los contextos romanos (Killgrove y Tykot, 2013).

El olivo era un elemento distintivo del paisaje mediterráneo. La capacidad de almacenamiento del aceite de oliva hizo que fuera uno de los artículos transportados a través de los canales interregionales del Imperio Romano. La región de la Bética, en el sur de España, y el norte de África producían enormes cantidades de aceite de oliva que consumían los habitantes urbanos de la ciudad de Roma.[84] El monte Testaccio, formado por los restos de las ánforas que transportaban el aceite de oliva a través del Mediterráneo, es un testimonio de la magnitud del volumen de producción, intercambio y consumo de aceite de oliva. Este aceite servía para cocinar, pero también desempeñaba un papel clave en la preparación de conservas, perfumes y medicinas, como afirmaban los agrónomos latinos y Plinio el Viejo. En términos nutricionales, se considera que ha sido un proveedor primordial de calorías y grasas, así como también de micronutrientes para las poblaciones antiguas (Rowan, 2019). Sin embargo, el rendimiento de los olivos era muy variable y su cultivo era

[84] Sobre la producción y el intercambio de aceite de oliva, véanse Mattingly (1988), Remesal Rodríguez (1998) y Hobson (2015).

costoso, lo que lo convertía en un elemento característico de las propiedades especializadas a gran escala antes que parte del mundo del pequeño agricultor.

La vid era otro elemento importante del entorno mediterráneo.[85] Este fruto podía consumirse fresco, seco o prensado, y fermentarse para la producción de vino. Las hojas y los recortes de la vid podían utilizarse como forraje o también para encender fuego (Horden y Purcell, 2000, p. 214). Su importancia cultural era enorme, ya que formaba parte de la vida cotidiana de las antiguas sociedades romanas. Su cultivo requería mucha atención y conocimientos, como se refleja en los tratados de los agrónomos latinos. Era una mercancía y objeto de redistribución entre regiones, que se intercambiaba tanto por canales institucionales como privados. El vino podía ser, al mismo tiempo, barato, lujoso o también medicina. Plinio dedicó un libro completo a la vid (NH 14) donde describió numerosos remedios que debían tomarse con vino y al vino mismo como beneficioso contra distintas afecciones, algunas de ellas relacionadas con la biología femenina.

Los animales formaban parte tanto del paisaje urbano como del rural. Se utilizaban para trabajar la tierra, por sus subproductos —leche, huevos, queso, lana, cuero, etc.— y por su carne. Bueyes, vacas, ovejas, cabras, cerdos, así como también gallinas, pequeñas aves y animales de caza formaban parte del ambiente romano y se utilizaban con fines alimentarios. Según MacKinnon, el consumo de animales en el mundo romano estaba sujeto tanto a las preferencias culturales como a las limitaciones medioambientales (2019, pp. 153-4). El papel de los productos animales en la "dieta romana" es muy debatido. En términos generales, se acepta que, debido a sus costes de producción relativamente elevados, la carne era raramente consumida por las clases bajas (Garnsey, 1999), aunque debe considerarse cierto grado de acceso y consumo de carne y de otros productos animales, incluso en el caso de los grupos sociales más pobres (Mackinnon, 2019).

El pescado y otros productos acuáticos también formaban parte de la dieta, aunque su consumo se limitaba principalmente a las zonas costeras. No obstante, las salsas de pescado (como el *garum* o el *allec*) y los productos de pescado salados (*salsamenta*) se transportaban a través de regiones distantes, por lo que estaban disponibles en un ámbito territorial más amplio (Curtis, 1991; Marzano, 2019, p. 170). Los recursos acuáticos —incluidos el pescado, los mariscos, los moluscos, los crustáceos, el pescado en conserva y las salsas de pescado— también se consideraban alimentos ambiguos puesto que el acceso a ellos también dependía de la ubicación y del poder adquisitivo (véase el capítulo 8). Los pescados marinos frescos, como la lubina, el besugo o la dorada, eran consumidos principalmente por los ricos, mientras que las conservas de pescado de pequeño tamaño probablemente estaban al alcance de las clases más bajas (Marzano, 2019).

Más allá de los alimentos reconocidos como parte del ambiente romano, existen a dos tipos de alimentos que han sido considerados "inferiores" por Garnsey (1999): "los alimentos de origen animal, que son forraje y no alimento, y los alimentos silvestres" (p. 38). Desde su punto de vista, estos alimentos no eran consumidos normalmente por los humanos, aunque la gente recurría a ellos en períodos de hambruna. Sin embargo, en lugar de una polaridad entre los alimentos previamente

[85] Véase Tchernia (1986, 2000) y Purcell (1985).

mencionados y aquellos alimentos que se consumían en situaciones de hambruna, sugerimos pensar una coexistencia entre ambos, en virtud de la cual funcionaban sinérgicamente a lo largo de las estaciones del año. En lugar de pensar en una fuente consistente y monolítica de alimentos durante todo el año, dados los cambios en las condiciones climáticas de las microrregiones mediterráneas, las estaciones del año, los acontecimientos políticos y económicos, y la naturaleza diversa de la producción de alimentos, los alimentos silvestres y los alimentos que podían ser consumidos tanto por humanos como por animales (comida/forraje) habrían representado formas de asegurar recursos para el hogar, en una amplia gama de condiciones materiales. La diversificación incluía también la siembra de cultivos que maduraban en épocas diferentes. De este modo, la demanda de mano de obra para su cosecha se distribuía a lo largo de un período más prolongado y, en caso de que un cultivo fracasara, había otro listo para ser recogido. El mijo, la avena y las bellotas se mencionan en las obras de los agrónomos latinos como alimento para humanos y animales. El cultivo de este tipo de cosechas habría proporcionado una base segura para la alimentación de todos los habitantes del hogar. Su uso como alimento o forraje habría dependido de las circunstancias particulares. Por otra parte, si bien los alimentos silvestres han sido considerados como comida para pobres, las plantas no domesticadas formaban parte esencial de las prácticas de recolección —que no se limitaban a las épocas de escasez, sino que eran continuas—, y desempeñaron un rol clave en la producción de medicinas. Las plantas silvestres se encontraban en los márgenes de los campos cultivados, en los bordes de los caminos, entre las tejas y a la sombra de los árboles. Plinio incluyó en su obra numerosas plantas y árboles silvestres que eran utilizados como alimento y medicina. Entre ellas, mencionó a los espárragos silvestres, sobre los que comentaba que la naturaleza había creado los espárragos para que crecieran silvestres, para que cualquiera pudiera recolectarlos al azar, y se quejaba de que en Rávena se vendieran especies cultivadas de tamaños desproporcionados (NH 19, 53-54). El valor económico de las tierras marginales ha sido destacado por Horden y Purcell (2000, p. 182) y por Hin (2013, p. 28) y la importancia de las plantas silvestres por Frayn (1979).

Una demarcación tajante entre *alimentos* y *alimentos menores* (incluidos aquí los forrajes, los alimentos silvestres o los “alimentos de hambruna”) resulta detrimental para nuestra comprensión de las complejidades a las que debieron hacer frente las poblaciones romanas que habitaron el mundo mediterráneo antiguo, como también de las relaciones que establecieron con la naturaleza a efectos de garantizar su alimentación, nutrición y salud. En la medida en que la revalorización de estos recursos amplía el universo de la alimentación humana, el uso y consumo de productos silvestres también puede interpretarse como indicativo de un uso más intensivo de los recursos naturales. Como han manifestado Horden y Purcell (2000, p. 207) "Todos los cultivos son a la vez de 'subsistencia' y 'comerciales', y el balance entre ellos en un momento dado depende totalmente de la estación en cada localidad y de las redes con sus comunidades vecinas".

Además de los cultivos básicos como el vino y el olivo, y de los alimentos silvestres, existía otra forma en que las antiguas poblaciones romanas interactuaban con el medio ambiente para fines alimentarios: el cultivo del huerto. Si bien su existencia está bien atestiguada en fuentes literarias antiguas, su importancia aún no ha sido plenamente reconocida. El huerto implicaba una ubicación y

un uso específico de mano de obra y de otros recursos. Interactuaba con el cultivo de productos agrícolas y proporcionaba tanto alimentos para comer como para intercambiar en el mercado, lo que permitía a los productores de alimentos diversificar su dieta y, al mismo tiempo, disponer de bienes para la venta (Horden & Purcell, 2000, p. 221). El *hortus* era el lugar de las mujeres en el hogar y representaba su responsabilidad a la hora de asegurar la alimentación de su familia y una importante contribución a la economía doméstica (Plinio NH 19, 57). En el marco de la imagen tridimensional presentada en esta primera parte de la tesis, los huertos desempeñan varias funciones esenciales: proporcionar los micronutrientes —vitaminas y minerales— necesarios para la nutrición humana (dimensión biológica); producir las hortalizas frescas para abastecer los mercados urbanos y rurales y complementar los alimentos básicos transportados a través de grandes distancias; servir, en palabras de Plinio, como la "granja del pobre" (NH 19, 51-2), proporcionando así alimentos a los pequeños propietarios (dimensión social); y ser tanto fuente de hierbas medicinales (Jashemski, 1999) como también un lugar natural sagrado (Plinio, NH 19, 50) (dimensión medioambiental).

En cuanto a los resultados económicos del período romano analizado, el crecimiento económico experimentado ha sido atribuido, al menos en parte, a un uso más intensivo de los recursos naturales a través del trabajo humano. La marcada estacionalidad del entorno mediterráneo determinó, en gran medida, el ritmo del trabajo humano en la producción de alimentos. Su variabilidad también dependía del suelo, del clima y los artículos producidos. En las tierras fértiles de las llanuras se cultivaban sobre todo cereales y otros productos alimenticios que constituían el grueso de la dieta, mientras que las regiones montañosas y rocosas servían mejor para la ganadería; no obstante, estas dos actividades no deben considerarse por separado. La interacción entre los seres humanos y el medio natural para fines alimentarios y nutricionales implicó el despliegue de diversas estrategias para aprovechar al máximo las posibilidades materiales.

Aunque Sallares (1991) sostuvo que en el mundo romano se practicaba la agricultura de arado, también reconoció que algunas pequeñas explotaciones probablemente no podían permitirse tener animales (p. 83). La extensión de la tierra y el acceso a animales y a herramientas determinaban fuertemente la capacidad de la mano de obra disponible para producir el sustento suficiente. El autor afirmó que la baja demanda de mano de obra necesaria para desarrollar la agricultura de arado explicaba la división del trabajo en el mundo griego antiguo, expuesta por Jenofonte en su obra *Οικονομικός*. Sallares señaló también que, dado que el trabajo de las mujeres no era necesario en el campo, salvo en momentos puntuales como la cosecha, ellas permanecían en el interior del hogar y se concentraban en las tareas domésticas, especialmente en la "actividad intensiva de preparación de alimentos" (p. 83). Sin embargo, según el autor, en las pequeñas explotaciones, donde no se podía utilizar la fuerza animal y la azada era la única herramienta disponible, habría sido necesaria la mano de obra femenina. Esta imagen de los hombres trabajando en el campo y las mujeres permaneciendo en la casa, excepto durante los períodos de trabajo intensivo, también ha sido ofrecida para el mundo romano (Scheidel, 1996. Véanse los apartados 1.6 y 6.2). La división entre un trabajo desarrollado en el interior —doméstico—, y uno desarrollado el exterior —en los campos— ha contribuido tanto a minimizar la contribución de las mujeres a la producción de alimentos como también a borrar la

apreciación de las tareas domésticas como *trabajo* (esto se abordará en el capítulo 6). Para Erdkamp (2005), la división sexual del trabajo de los productores de alimentos estaba sujeta a valores sociales y a consideraciones prácticas. La responsabilidad de las mujeres en el cuidado de los hijos habría contribuido a que realizaran su trabajo cerca de la casa. En la economía agrícola del mundo romano, argumenta el autor, existía un subempleo laboral estacional y estructural (véase el apartado 1.7.3). Esto permitía a algunos miembros de esos hogares —principalmente a los varones—, buscar empleo fuera de la explotación. Estos trabajadores podrían haberse empleado en la agricultura comercial de capital intensiva, lo que habría dado lugar a unos rendimientos globales más elevados y a un excedente de producción que habría servido para alimentar a los sectores no productores de alimentos de la población, contribuyendo así al desarrollo económico y a la especialización. La mano de obra disponible (o subempleada) de los hogares campesinos ha sido calificada como "barata", ya que podía pagarse por debajo de sus costes reproductivos (2005, p. 85). Sin embargo, si el trabajo reproductivo dentro del hogar servía para mantener a los trabajadores externos, es fundamental preguntarse qué implicaba este trabajo reproductivo y quiénes lo realizaban. Para que una unidad doméstica pudiera reproducirse (es decir, que las condiciones grupales y materiales se mantuvieran más o menos iguales a lo largo del tiempo, lo que es igual a decir, la reproducción material y física), era necesario no sólo cumplir con los objetivos mínimos de subsistencia, sino también administrar los productos a lo largo de todo el año, lo que a su vez implicaba mantener la casa y los edificios adyacentes, conservar las huertas y los animales, proporcionar cuidados a todos los miembros de la familia y preparar la comida diaria. Más aún, implicaba la reproducción biológica, que exigía una gran cantidad de fuerza física (en los sucesivos embarazos, abortos, partos, lactancia, etc.), cuidados y atención para todo el hogar. Si bien se ha reconocido que el trabajo de preparación de alimentos es “intensivo” y se cree que el papel de las actividades reproductivas contribuyó al crecimiento económico general en el contexto del imperio romano, la relación entre el medio ambiente, la economía y el trabajo reproductivo sigue sin estar clara.

4.3. Ambiente, Salud y Nutrición

La interacción entre los seres humanos y el medio ambiente implica también relaciones con otras poblaciones de entidades vivas que pueden amenazar la salud humana. Las enfermedades son el resultado de una mezcla de herencia genética, ecología y la relación entre los seres humanos y las plantas y animales con los que comparten el medio ambiente (Arnott, 2004). El concepto de *ecología de las enfermedades* apunta a las formas en que las poblaciones de hospedadores y patógenos interactúan en un contexto determinado. Sallares (1991, p. 235) introdujo la idea de una "comunidad ecológica distintiva de enfermedades" en la antigua Grecia, como resultado de cuatro factores, que puede ser útil para pensar en la ecología de las enfermedades romanas. En primer lugar, los cambios climáticos que afectaban a los vectores de las enfermedades; en segundo lugar, las fluctuaciones en la densidad de población humana, que influían en las enfermedades dependientes de la densidad; en

tercer lugar, la evolución de nuevas enfermedades; y en cuarto lugar, la fluctuación poblacional de las enfermedades. Se cree que la temperatura y la humedad son los principales factores ambientales que afectan tanto a los organismos humanos como a los vectores de enfermedades. No obstante, dado el fracturado y diverso paisaje mediterráneo, deben tenerse en cuenta las variaciones locales de estos factores y, en consecuencia, de la ecología de las enfermedades (Hin, 2013, pp. 24-5). La temperatura también influía en la definición de regímenes "septentrionales" y "meridionales" de mortalidad estacional, de acuerdo con Shaw (1996, p. 132). El grado de densidad poblacional era otro factor que afectaba a una amplia gama de enfermedades dependientes de la densidad, como los virus y los parásitos. El desarrollo del mundo romano como consecuencia del establecimiento de un Imperio mediterráneo derivó en una intensificación de la urbanización, sobre todo en las zonas occidentales del Imperio, lo que favoreció la propagación de enfermedades. Como sugirió Harper (2017), el Imperio creó nuevos canales para el comercio y la migración, haciendo que las enfermedades llegaran junto con las personas y los productos. Como resultado, la ecología de las enfermedades de Roma cambió drásticamente, no solo por el clima más cálido, sino también por las interacciones humanas. Un efecto adicional —y frecuentemente olvidado— de la conectividad a través del Mediterráneo ha sido el intercambio de productos entre las diferentes áreas bajo control romano. La situación de la ciudad de Roma era paradójica: la llegada de productos naturales exóticos facilitó la disponibilidad de una miríada de artículos que no formaban parte del entorno natural romano original. Éstos no sólo influyeron en la dieta y la salud de los romanos, sino que también fueron incorporados progresivamente a los conocimientos botánicos y medicinales. La obra de Plinio es prueba de ello.

Entre las enfermedades prevalentes en el antiguo entorno mediterráneo, podemos citar: la malaria, muy influida por las temperaturas y que, según Sallares (1991, p. 230), representaba la principal causa de mortalidad otoñal; el tifus; el cólera; las enfermedades respiratorias, como bronquitis, pleuresía, tuberculosis; las infecciones del aparato digestivo, como gastroenteritis, colitis, y los parásitos. Curiosamente, en el entorno mediterráneo existía un tipo especial de trastorno sanguíneo hereditario, conocido como talasemia, que provocaba una menor producción de hemoglobina y podía dar lugar a una forma leve de anemia. Se ha sugerido que este trastorno puede funcionar como protección contra la malaria (Muhammad et al., 2022).

En el entorno marcadamente estacional en el que vivían los antiguos romanos, la mortalidad y la natalidad también seguían variaciones estacionales. Basándose en el registro inscripcional, Shaw (1996, 2001) analizó el ciclo estacional tanto de la mortalidad como de la fertilidad en Roma. En cuanto a la mortalidad, el autor descubrió que las muertes se concentraban en los meses de verano —sobre todo en agosto— y que podían haber sido causadas por la tuberculosis y otras enfermedades infecciosas relacionadas con los pulmones. Sostuvo, en cambio, que las condiciones en las provincias podrían haber sido más favorables que las que prevalecían en la metrópoli urbana (1996, p. 133). Los nacimientos, por otra parte, se concentraban en los meses de invierno —diciembre y enero—, coincidiendo con el pico de muertes infantiles. Según el autor esto se explica por el hecho de que las primeras semanas representaban la mayor amenaza para la vida los recién nacidos. Los bebés

nacidos en invierno eran el resultado de la actividad sexual que tenía lugar durante la primavera, cuando subían las temperaturas y se reanudaba la actividad comercial y agrícola. Además, los autores antiguos señalaban el final del invierno y el comienzo de la primavera como los momentos en los que era más probable sufrir escasez de alimentos, puesto que las reservas ya se habían consumido y la siguiente cosecha aún no estaba lista.[86] A su vez, en muchas regiones de Italia, el trigo se cosechaba en mayo o junio (Erdkamp, 2019). Por lo tanto, sugerimos considerar que tal vez las decisiones sobre la procreación se tomaran una vez que los peligros de la escasez del final del invierno quedaban atrás y las familias disponían de información respecto de los recursos disponibles para criar a nuevos miembros de la familia en el futuro (es decir, podían especular si la próxima cosecha sería suficiente).[87] En cuanto a la yuxtaposición de nacimientos y muertes infantiles, las muertes perinatales (desde la semana 22 de gestación hasta el séptimo día después del parto) son un factor digno de consideración, sobre todo en la época premoderna. Lamentablemente, el otro período de la infancia en la que los individuos son especialmente vulnerables, el período de destete, no ha sido abordado por el autor. Como ha sido analizado anteriormente (véase el capítulo 2), si tanto la madre como el bebé sobrevivían al período perinatal, la leche materna ofrecía al lactante protección contra numerosas enfermedades. Sin embargo, la transición de la leche materna a los alimentos para adultos implicaba la exposición de los infantes a los contaminantes presentes en los alimentos y en el agua. Según Sallares (1991), durante el período de destete, los lactantes eran especialmente vulnerables a la diarrea vírica infantil, causada por el rotavirus.

La mayor densidad poblacional resultante de la creciente urbanización creó un entorno particular propicio para la propagación de enfermedades. En los contextos urbanos superpoblados, las personas estaban expuestas a enfermedades infecciosas, en primer lugar, por el posible contacto directo y la interacción con alguien portador de una enfermedad y, en segundo lugar, porque algunas enfermedades necesitaban un umbral mínimo de población para volverse endémicas. Los habitantes de Roma habrían estado constantemente expuestos a los gérmenes (Hin, 2013, p. 126). Los entornos urbanos son considerados por los autores analizados como lugares insalubres y se ofrece una imagen de la ciudad de Roma como un "cementerio urbano". En un sentido similar, la movilidad humana ha sido otro factor que contribuyó a la propagación de enfermedades. La migración tenía,

---

[86] Galeno menciona que, debido a la escasez durante el invierno y el comienzo de la primavera, la gente del campo sacrificaba a sus cerdos, en lugar de mantenerlos vivos durante el invierno. Durante los períodos subsiguientes, comían bellotas y nísperos, destinados originalmente a la alimentación de los cerdos, en diversas formas. Aunque este pasaje se ha utilizado como ejemplo del uso de "comidas de hambruna", Galeno señala que el alimento que obtenían de estos frutos (nísperos y bellotas) era abundante, como nada que él hubiera mencionado antes en su obra. Pues la bellota, en particular, es tan nutritiva como muchos alimentos a base de cereales *Alim. Fac*. K 620.

En otro pasaje Galeno refiere a las propiedades de la leche humana tanto como medio de nutrición como también como medio de transmisión de enfermedades. El médico relata la historia de un bebé lleno de úlceras, cuya primera nodriza había muerto y fue sustituida por otra. Cuando la escasez llegó en primavera, la segunda nodriza se alimentó de hierbas silvestres del campo, lo que le provocó úlceras a ellay al resto de los habitantes del territorio. La leche del cuerpo “corrupto” de la nodriza se constituyó como el medio de transmisión de la enfermedad al bebé (Alim. Fac. K 686).

[87] Esto no significa que la gente no tuviera hijos en otras estaciones, sino que las circunstancias sociales y ambientales contextuales de la primavera (cálculos sobre recursos y estado de salud) podrían haber sido beneficiosas para la supervivencia de los bebés concebidos en ese momento.

principalmente, una "cara masculina", de acuerdo con Hin, ya que los hombres eran más propensos a trasladarse a la ciudad para trabajar, ya fuera temporalmente o no, mientras que los flujos migratorios de las mujeres seguían los de los hombres, puesto que eran menos propensas a desplazarse de forma independiente (2013, p. 139).

Como se ha explorado previamente, la malnutrición tiene diversas causas y efectos. Si bien su causa principal es el consumo inadecuado de nutrientes, la malnutrición secundaria (véase el Capítulo 2) apunta a la incapacidad de un organismo para absorber los nutrientes de los alimentos. Mientras que el primer tipo de malnutrición ha sido atribuido al acceso diferencial a los alimentos por parte de las mujeres, basado en prácticas con sesgo de género en la asignación de alimentos, el segundo apunta a problemas de salud preexistentes. Aunque se reconoce que el ser humano puede tolerar niveles moderados de malnutrición, también se ha destacado que en esos casos es más probable que la resistencia a las infecciones se vea mermada. Así, las epidemias desencadenadas por las malas cosechas y las crisis de subsistencia se han atribuido a la escasa resistencia a las infecciones de una población malnutrida. Según Sallares (1991), la fiebre tifoidea (Salmonella typhi); la shigelosis (disentería bacilar), la disentería amebiana (Entamoeba histolytica) y otras enfermedades entéricas podían florecer en épocas de malnutrición (p. 230). Sin embargo, los efectos de las enfermedades causadas por las crisis alimentarias no afectaban por igual a todos los grupos sociales. Siguiendo el estudio de Kelly y Ó Gráda, en el que los autores explicaron que, en caso de malas cosechas, los arrendatarios morían primero mientras que sus señores sucumbían al cabo de mucho tiempo, Erdkamp (2019) destacó la influencia del estatus económico en el impacto de las enfermedades. Debido a su mayor capacidad material para hacer frente a la escasez de alimentos, las clases más altas sólo sufrían la muerte cuando los brotes de las enfermedades les alcanzaban. Esto, por ejemplo, pudo ocurrir cuando ante una escasez de alimentos, la población rural se trasladaba a la ciudad en busca de empleo o apoyo institucional, llevando sus enfermedades a los entornos urbanos donde vivían las élites. A pesar de todo lo expuesto, es preciso remarcar que, si bien la malnutrición disminuye la resistencia a las infecciones, una nutrición buena o suficiente no asegura la protección contra las enfermedades contagiosas. Así, en este caso hipotético, los que se suponía que estaban bien alimentados habrían muerto junto con los desnutridos.

4.4. El “Trilema de la dieta, la salud y el medio ambiente”

En una publicación reciente, Irana Hawkins (2019) exploró las complejidades interconectadas de las relaciones entre la dieta, la salud y el medio ambiente. Lo denominó el "trilema de la dieta, la salud y el medio ambiente". Sostuvo que los sistemas alimentarios industrializados actuales tienen un impacto simultáneo en la salud y el bienestar de las personas y en el medio ambiente natural. Se refirió al concepto de *rebasamiento ecológico* (ecological overshoot), que apunta al uso excesivo de los recursos naturales más allá de la capacidad de la naturaleza para reponerlos. Fanzo et al. (2021) propusieron, de forma similar, que en la era actual, o el Antropoceno —es decir, el período en el que

la actividad humana empezó a tener efectos sustanciales en la salud planetaria— los sistemas alimentarios que trabajan para alimentar a una población cada vez mayor provocan deforestación, acidificación de los océanos, contaminación, pérdida de biodiversidad, desertificación y destrucción de hábitats y recursos naturales tales como el agua, el suelo y de los ecosistemas. Es interesante observar que cuando pensamos en la producción de alimentos en la antigüedad basándonos en las nociones actuales, dando a entender que nos encontramos en el punto final del desarrollo tecnológico humanos, estamos pasando por alto el hecho de que los niveles modernos de producción, consumo y aumento poblacional están superando la capacidad natural de la Tierra para sostenernos. Además, como ya se ha dicho, ningún sistema alimentario es completamente perfecto. Y aunque los sistemas alimentarios antiguos probablemente no hubieran tenido el mismo impacto ambiental y sanitario que los modernos, seguramente afectaron la interrelación entre los organismos vivos y el paisaje natural. La utilidad de considerar un "escenario maltusiano" para el mundo romano ha sido un tema muy debatido (véase el apartado 1.1.7). Si, como opinan los que están a favor, consideramos el suministro de alimentos a través de la productividad agrícola como el factor regulador del crecimiento demográfico, entonces el agotamiento del medio ambiente funcionaba como freno a un mayor crecimiento de la población. Por el contrario, para quienes están en contra de ello, una relación más intensiva con el medio ambiente no necesariamente conducía a un agotamiento inmediato del suelo, permitiendo de esa manera un desarrollo mayor. En vistas del estado actual del “trilema dieta-salud-medio ambiente”, podemos argumentar que, incluso cuando sistemas alimentarios destructivos e invasivos se encuentran en funcionamiento —como viene sucediendo desde hace varias décadas— las sociedades humanas y el medio ambiente natural muestran una gran capacidad de recuperación y pueden seguir funcionando, incluso en condiciones desfavorables. Esto no anula la ruptura final de dicho sistema en el futuro, ya que las circunstancias actuales no pueden sostenerse indefinidamente. No obstante, las interconexiones entre el impacto de los sistemas alimentarios en el medio ambiente y el impacto de ambos en la salud humana distan mucho de ser sencillos. Los sistemas alimentarios romanos podrían haber soportado un crecimiento económico y demográfico, aún cuando su impacto sobre el medio ambiente fuera más intenso que nunca antes. Sin embargo, como sabemos, esto no duró para siempre, puesto que las relaciones entre el ser humano y su entorno se encuentran en constante transformación.

Los informes actuales de la OMS y la FAO muestran que, a pesar de que los sistemas alimentarios industrializados producen más calorías de las que necesitan las poblaciones humanas actuales, 800 millones de personas sufren desnutrición y al menos 2.000 millones de personas en el planeta tienen sobrepeso. Esto se ha atribuido al funcionamiento de sistemas alimentarios que reproducen desigualdades sociales, de género y económicas. Aunque es cierto que los sistemas de propiedad, trabajo, producción, intercambio y distribución de los recursos alimentarios se ven afectados por factores sociales y culturales que actúan en detrimento de las mujeres y los niños, la cuestión es mucho más complicada. Como se ha analizado en el capítulo 2, aún no se comprende acabadamente el funcionamiento y las necesidades específicas de la nutrición femenina e infantil, y las intervenciones nutricionales en estas poblaciones a menudo resultan inútiles, no por falta de recursos,

sino más bien por falta de conocimientos. Otro elemento a tener en cuenta a la hora de reflexionar sobre las conexiones entre los seres humanos, el medio ambiente y la alimentación en el pasado es la existencia de formas alternativas —por fuera de la noción moderna de la naturaleza como un recurso que los seres humanos deben explotar— en las que las poblaciones humanas han establecido relaciones con el medio ambiente con fines alimentarios y nutricionales.

La cuestión que quisiéramos plantear aquí es si este marco alternativo, holístico, permite una nueva comprensión de la alimentación y la nutrición de las mujeres y los niños en el mundo romano, no en términos de “buena” o “mala” nutrición, sino en relación a las múltiples conexiones entre sus cuerpos y sus entorno sociales y naturales. En los capítulos siguientes, analizamos las fuentes antiguas seleccionadas en busca de información sobre estas tres dimensiones, y ofrecemos un capítulo adicional sobre la influencia de la narrativa histórica prevaleciente sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano en los estudios de isótopos estables. Como cierre de esta investigación, ofrecemos una revisión exhaustiva de la información aportada a lo largo de los capítulos anteriores y la resultante del análisis de las fuentes antiguas seleccionadas, para articular luego una visión alternativa.

Capítulo 5: Nutrición, alimentación, mujeres y niños en el discurso médico romano

Introducción

La idea de que la nutrición de las mujeres y los niños en Roma era peor que la de los varones adultos, ofrecida por Garnsey (1999) y reproducida por otros autores (Laes, 2019; Bagley 2017) se basa, en gran parte, en la interpretación de los discursos médicos sobre la alimentación, la nutrición, el género, la edad y la salud como funcionales al sustento y al reforzamiento de los valores patriarcales imperantes en la sociedad. La articulación de estos valores en el discurso médico, se cree, impactó directamente en la vida de mujeres y niños, socavando su salud como resultado de prácticas sociales en torno a la alimentación y a la nutrición con sesgo de género. En este marco, las sugerencias dietéticas se interpretan como prohibiciones y como medios de control masculino sobre los cuerpos femeninos e infantiles.

En el presente capítulo analizamos el discurso médico romano sobre la nutrición humana y la fisiología de mujeres y niños. Los objetivos del capítulo son, en primer lugar, explorar las ideas médicas romanas sobre procesos humanos básicos, tales como la nutrición y la generación, centrándonos en el papel discursivo desempeñado por las referencias al cuerpo femenino. En segundo lugar, considerar las nociones compartidas entre autores médicos y no médicos respecto de las conexiones entre la alimentación y la nutrición en las diversas etapas fisiológicas de mujeres y niños. En este sentido, sostenemos que en las fuentes médicas no existen sugerencias respecto de una *dieta femenina* o *infantil*. No obstante ello, los autores médicos aportaron ideas sobre el funcionamiento nutricional específico de los cuerpos de mujeres y niños a lo largo de sus etapas vitales que han influido, en gran medida, en sus recomendaciones dietéticas. Finalmente, proponemos considerar el contenido de los tratados médicos romanos, no como evidencia de prácticas reales, sino como discursos socialmente disponibles con grados variables de influencia entre los distintos grupos sociales.

El análisis sobre el discurso médico acerca de las mujeres y los niños, su alimentación y nutrición, se basa en los tratados de Galeno, Celso y Sorano, donde se refiere a estos temas.[88] No es nuestra intención desarrollar aquí una exposición exhaustiva de las perspectivas de los autores, puesto que no existe un tratamiento unificado de estos temas por parte de ninguno de ellos. En cambio, este capítulo busca analizar el tema de la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el discurso médico romano, desde la perspectiva de la nutrición.

[88] Los tratados consultados para este capítulo son: de Galeno: *Sobre las facultades de los alimentos*, *De Alimentorum Facultatibus* (*Alim. Fac.*); *Sobre las facultades naturales: De Naturalibus Facultatibus* (*Nat. Fac.*); *Sobre las funciones de las partes del cuerpo: De Usu Partium* (*UP*); *Ginecología* de Sorano: (*Gyn.*); de Celso: *Sobre Medicina: De Medicina* (*Med.*); y de Plinio: *Naturalis Historia* (*NH*).

En la primera sección del capítulo se delinea una perspectiva panorámica de la medicina romana como campo de conocimiento, sus nociones fundamentales sobre salud y enfermedad, y el rol de la alimentación en ellas. Puesto que el campo de la medicina romana se caracterizaba por el predominio de autores varones, sus visiones acerca de la función y propósitos de los cuerpos de las mujeres y niños estaban muy influenciadas, al mismo tiempo, por las ideas médicas heredadas, y por su propia corporalidad masculina. Abordamos por lo tanto, la pregunta respecto de si existía un cuerpo estándar en el pensamiento médico romano acerca de la alimentación y nutrición, y si era, como ha sido señalado, el de un adulto varón.

El propósito de la segunda parte del capítulo es analizar las explicaciones médicas romanas sobre procesos básicos del cuerpo humano, a saber, la nutrición y la generación. La peculiar *economía nutricional* de los cuerpos femeninos se encuentra en el trasfondo de las explicaciones relativas a la creación y continuación de la vida humana. Si bien los discursos médicos se articulan en el contexto de un campo dominado por autores varones que apoyan visiones androcéntricas, la nutrición humana es explicada a través de una analogía con el cuerpo femenino.

En la tercera parte del capítulo se analiza el discurso médico sobre la fisiología femenina e infantil en relación con la nutrición y la alimentación. Dado que la de Sorano es la única fuente médica que trata específicamente sobre los ciclos fisiológicos de la mujer, nos basamos principalmente en su obra. Siempre que sea posible, se incluirá información de otros autores médicos y también de la obra de Plinio el Viejo, de manera de resaltar las posibles coincidencias y diferencias entre sus discursos.

Como conclusión, ofrecemos una reflexión respecto del impacto de los discursos médicos en las prácticas sociales relacionadas con la alimentación y la nutrición de las mujeres y los niños que vivían en el mundo romano.

5.1. Medicina romana, salud y alimentación

La medicina romana comprende, a la vez, los tratados médicos producidos en el contexto cultural romano —algunos de los cuales han sobrevivido hasta nuestros días—, y la provisión de cuidados médicos llevada a cabo por un amplio abanico de practicantes.

Los autores médicos han dedicado gran parte de su atención, por un lado, a ofrecer una visión particular del arte de la medicina, en el contexto de una tradición de construcción de conocimiento. Esto quiere decir que cada autor entendía a la medicina de un modo propio y particular, en similitud o en contraste con las ideas de sus predecesores. Por otro lado, también buscaban, a través de sus discursos, ofrecer argumentos para sostener sus creencias y fundamentar sus puntos de vista teóricos y terapéuticos. El universo de la autoridad médica romana ha sido abrumadoramente masculino. Si bien hay indicios de autoras médicas mujeres dispersas en los tratados existentes, estas referencias son escasas y múltiples circunstancias nos impiden aceptar sin más la autoría

médica femenina.[89] El discurso médico romano identificaba su origen en la antigua cultura griega, donde los trabajos de los autores hipocráticos aparecen como la influencia más destacada, enriquecida luego por las contribuciones de la medicina helenística. Cada autor ofrecía una secuencia de nombres de médicos varones *(viros)* que han contribuido al campo de la medicina, a la vez que juzgaban sus marcos conceptuales y teóricos.[90] Al situarse dentro de una tradición liderada por varones, que se extendía desde los antiguos griegos hasta el contexto cultural romano, los autores médicos construyeron su propia autoridad a través de la aceptación o el rechazo argumentativo de las ideas heredadas.[91] Sin embargo, como señala Flemming (2000), detrás de los temas abiertos al debate y a la argumentación, otro conjunto de ideas culturalmente compartidas entre los autores y el público, se hacía implícito.

En términos generales el mundo del conocimiento médico romano se caracterizaba por una falta de ortodoxia, donde coexistían ideas divergentes y conflictivas. Por lo tanto, los autores médicos tuvieron que reivindicar su autoridad en un contexto competitivo, aportando explicaciones convincentes y ofreciendo tratamientos exitosos para mantener y restablecer la salud. Las sectas más importantes en el contexto del mundo romano entre el siglo II a.n.e. y el siglo III n.e. eran los racionalistas (*logikoi*), los empiristas (*empirikoi*) y los metodistas (*methodikoi*). Sin embargo esta estructura sectaria no era rígida, y permitía una grandes variaciones.

La medicina como práctica, por su parte, implicaba la acción de todas las personas que, formal o informalmente, ponían en práctica sus propias ideas médicas en el contexto de la prestación de cuidados médicos a otras personas. No todos los practicantes médicos articulaban un discurso coherente acerca de la medicina, como hacían los autores médicos. Probablemente proveían cuidados médicos basándose en ideas socialmente compartidas y en prácticas heredadas para el tratamiento de cada condición de salud experimentada. Esto es lo que se ha dado en llamar comúnmente como *medicina popular.* Si bien, como ya se ha señalado, es posible que algunas ideas fueran compartidas entre los autores médicos y los practicantes de medicina popular, es necesario también considerar que probablemente aquellos que proveían cuidados médicos en contextos más informales pusieran en juego procedimientos y explicaciones menos coherentes, funcionales y

[89] Acerca del discurso médico femenino ver Flemming (2007) y Parker (2012). Un argumento que expresan los autores para desconfiar de la atribución automática de autoría médica a nombres de mujeres es que, en ciertas áreas del campo, como por ejemplo la ginecología o la cosmética, un nombre femenino podía ofrecer credibilidad frente a la audiencia, sin importar el género de su autor.

[90] Al mencionar a otros autores médicos, Galeno se refiere a ellos como *viros*/*andra*, enfatizando la identidad masculina de los autores médicos reconocidos. Todos los tratados médicos analizados en este capítulo incluyen referencias a una secuencia de autores varones que han contribuido al desarrollo de la medicina.

[91] Puesto que la tradición hipocrática ha influido en gran parte las nociones básicas y principios de la medicina romana, algunos aspectos de la visión hipocrática respecto de las mujeres se mantuvieron incuestionada e incluso implícita. Sin embargo, es necesario remarcar que el conocimiento médico heredado era actualizado y re-editado por los autores médicos romanos en un contexto social e histórico distinto. Por lo tanto, identificar a los discursos médicos griegos y romanos como parte de una misma tradición puede resultar detrimental para la comprensión de las preocupaciones e inquietudes específicas de sus contextos inmediatos.

racionales que las de los médicos profesionales.[92] Aún más, se ha establecido que las mujeres como sujetos de la práctica médica han sido atendidas principalmente por otras mujeres, ya sea por profesionales del cuidado o por asistentes ocasionales: doctoras (*iatrinai /medicae*) y parteras (*maiai/obstetrices*). También formaban parte del universo de profesionales de la medicina en el mundo romano un conjunto más amplio de prestadores de cuidados médicos tales como herboristas, rizómatas, ungidores, intérpretes de sueños y ancianas. Entre estas debemos incluir también a las madres de leche (*nutrices*), quienes cuidaban, en un sentido amplio, de los recién nacidos e infantes.[93]

Como puede observarse, el ámbito de la medicina romana incluía un amplio espectro de participantes, desde los autores médicos varones que organizaban racional y discursivamente el objeto de la medicina, pasando por los diversos profesionales de la salud —entre ellos las asistentes médicas—, hasta los practicantes ocasionales de la *medicina popular.*

Salud y enfermedad

El fin último del arte médico era preservar y restablecer la salud. Las concepciones sectarias sobre el funcionamiento del cuerpo humano y sus relaciones con el cosmos influyeron en los modos en que cada autor enmarcaba la salud humana. Existían dos modelos principales para explicar la naturaleza del cuerpo humano. Primero, y heredada de la tradición hipocrática (y más ampliamente de la filosofía griega), la idea de que el cuerpo humano, así también como el resto de las entidades vivas del universo, estaban compuestas de cuatro cualidades principales: dos pares en oposición (caliente/frío y seco/húmedo). Aunque algunas de estas cualidades podían tener predominancia en una persona o entidad, la mezcla de estas cualidades y su naturaleza dinámica eran clave para entender tanto la salud como la enfermedad. Por lo tanto, conocer la combinación de estas cualidades en cada sujeto, antes que analizar cada una por separado, resultaba esencial. El segundo modelo postulaba un cuerpo humano compuesto por partículas, y de naturaleza dinámica. Estas partículas se combinaban para formar compuestos, y las propiedades de estos compuestos dependían de las características y la interacción de dichas partículas. A diferencia del primer modelo, en este, las entidades compuestas podían ser reducidas a sus elementos formativos.

Es interesante notar que en ambos modelos los cuerpos comparten su fundamento compositivo con el universo que los rodea. En este sentido, como observa Flemming: “Puesto que el cosmos está

[92] Sobre la medicina antigua en general, la medicina romana y los practicantes médicos ver: Nutton (2004) y Totelin y Flemming (2020). Acerca de las practicantes médicas mujeres: Flemming (2000, especialmente el capítulo 1). Acerca de la medicina hogareña, ver Bailey (2012).

[93] La medicina era considerada una disciplina “liberal”, puesto que los doctores se ganaban la vida a través de la provisión de servicios médicos (*Dig*. 50. 13. 1). Además se hallaban exentos de realizar *munera* (*Dig.* 50. 6.7). El origen servil de muchos de los doctores griegos que practicaban la medicina en el mundo romano implicó su pertenencia a los sectores subalternos de la sociedad romana. Sin embargo, el estatus social de los pacientes podía contribuir a mejorar la propia posición social del médico. Entre los practicantes médicos había muchas mujeres, estrechamente conectadas con el tratamiento de condiciones de salud femeninas, la mayoría de ellas relacionadas con el embarazo y el parto: las *obstetrices/maiai* y las *nutrices*, etc. (Ver Flemming, 2000; 33-44).

saturado con estas mismas cualidades, el aire que los humanos respiran, la comida que comen, las locaciones que habitan pueden caracterizarse en los mismos términos haciendo vulnerable a las personas a todo tipo de influencias ambientales" (2000, p. 96). Además, todas estas variables (cuerpos humanos, comidas, locaciones, etc) no permanecían constantes en el tiempo, sino que eran más bien dinámicas. Como resultado, el entrelazamiento del humano con el ambiente era absoluto. Volveremos sobre esta noción de los cuerpos humanos como compuestos por los mismos elementos que el ambiente en el Capítulo 7, pero por ahora basta con decir que para los autores médicos, definir la *naturaleza* y explicar cómo los humanos se interrelacionan con ella eran elementos fundamentales de su construcción discursiva del arte de la medicina.

Los autores médicos abocaron al menos parte de sus trabajos a explicar la *naturaleza*, puesto que consideraban que la salud humana estaba estrechamente relacionada con el funcionamiento apropiado de las partes constitutivas del cuerpo. Como resultado de esto, podemos observar que la salud representaba un estado del cuerpo *de acuerdo con la naturaleza* (*kata physin*), y, a la inversa, la enfermedad surgía cuando el cuerpo funcionaba *en contra de la naturaleza* (*para physin*). Por supuesto, cada secta médica ofrecía sus propias interpretaciones respecto a qué significaba estar de acuerdo con la naturaleza, y qué constituía la enfermedad, y proporcionaban también, como consecuencia, diferentes métodos para evaluar la salud y tratamientos para su recuperación.

Al momento de tratar una enfermedad, el diagnóstico, que consistía en identificar los aspectos que actuaban en contra de la naturaleza, era sólo la primera parte del arte de la medicina. Le seguía el pronóstico, es decir, la predicción respecto a la duración e intensidad de la enfermedad. Finalmente, todos estos elementos servían al médico para delinear la mejor intervención posible en forma de una terapia. A pesar de las diferencias teóricas fundamentales entre las sectas médicas, la intervención terapéutica en el contexto médico romano se regía por tres alternativas principales: el régimen, la farmacología y la cirugía (*Med*. Prefacio). El régimen comprendía los hábitos individuales y el modo de vida, incluyendo la comida, la bebida, el descanso, la actividad sexual y otras actividades físicas. La farmacología, por su parte, comprendía una miríada de preparaciones a base de diversos materiales (en su mayoría naturales) utilizados de diferentes maneras (ya sea interna o externamente). Puesto que se creía que el cuerpo humano, conformado por cualidades o partículas, se relacionaba con esos mismos elementos en el mundo natural, la eficacia de estos remedios variaba de persona a persona y de un contexto a otro. Finalmente, la cirugía, que incluía venesección, era el último recurso.

Alimentación y salud

En el inicio de su tratado *De Medicina*, Celso resume el rol de la alimentación y la medicina en la vida humana: "*Así como la agricultura promete alimento a los sanos, la medicina promete salud a los enfermos*" (*Med* I, Intro.). El alimento es el sustento de los procesos fisiológicos *normales* (*kata physin*) del cuerpo y es lo que le permite continuar con vida. Por su parte, la medicina interviene cuando la enfermedad ataca, proveyendo remedios y tratamientos. Como se ha mencionado

anteriormente (ver Capítulo 2), en la antigüedad coexistían diversas ideas respecto de la relación entre la alimentación, la salud y el cuerpo humano. Algunas entendían a la salud como el estado natural del cuerpo humano, y consideraban, por tanto, que la alimentación ayudaba a mantener ese estado original. Mientras que otras, consideraban que los humanos se enfrentaban a los peligros resultantes de su necesidad imperiosa de alimentarse todos los días para asegurar su subsistencia. Sin embargo, los médicos romanos compartían la noción de que vivir de acuerdo a la naturaleza preservaba la buena salud y que la alimentación jugaba un rol clave en ello.

Para Galeno, un estado de salud significaba que el cuerpo obedecía a las "leyes de la naturaleza", lo cual implicaba que los nutrientes de los alimentos consumidos eran digeridos correctamente y utilizados en su totalidad por el cuerpo del animal (*UP*, K327). La naturaleza, entonces, es retratada por el autor como la creadora[94] de todos los órganos para la digestión humana (y animal), y por lo tanto se cree que su funcionamiento específico servía a un propósito. Aún más, desde la perspectiva del médico, la salud y la enfermedad podían evaluarse observando la digestión. Cuando las "leyes de la naturaleza" funcionaban adecuadamente, y la digestión era perfecta, se conseguía la salud. Pero si alguien rechazaba los alimentos nutritivos, perdía el apetito o vomitaba, ello significaba que residuos de la digestión se habían acumulado en los órganos digestivos, y necesitaban ser purgados (*UP* K352). Galeno decía que los antiguos médicos recomendaban purgas mensuales a través del vómito, de manera de deshacerse del residuo en los órganos y así restaurar la salud. En su opinión, comer alimentos ácidos y pungentes ayudaba a expulsar la flema del estómago a través del vómito sin comprometer al resto del cuerpo, de modo de volverlo, nuevamente, *de acuerdo con la naturaleza* (*UP* K358).

Celso estableció en el primer capítulo de su trabajo lo que consideraba como un régimen adecuado para las personas sanas (*regimen sanorum*), que consistía básicamente en llevar un estilo de vida variado. Esto implicaba estar a veces en la ciudad, y a veces en el campo; ejercitarse moderadamente; a veces tomar baños, otras veces usar aguas frías; comer en compañía, y a veces comer en soledad; complacer el gusto a través de la comida en ocasiones y abstenerse de ella en otras; pero, siempre que se pudiera digerir, decía, no se debía evitar ningún alimento (*Med*., I, 1). La variación y la moderación en el estilo de vida eran clave, y consecuentemente la alimentación debía ser moderada para cumplir con esa premisa. Contrariamente, para aquellos considerados *débiles* (*regimen imbeciliorum*) una intervención resultaba necesaria para recuperar la salud. En ese caso, además del reposo, la sugerencia médica era que la alimentación fuera moderada, de manera de evitar tanto la saciedad como la abstinencia. El autor sugería, entonces, una comida compuesta de pescados salados, vegetales, carne asada, dátiles y manzanas para aquellos que tuvieran el

[94] El término '*natura*' en latín, y φύσις en griego, ambos sustantivos femeninos, son mencionados a lo largo de los tratados médicos romanos consultados. Plinio se refirió a la *Natura* como una entidad femenina y le confirió virtudes y defectos femeninos y maternales (*NH* 7, 1). Aunque la cualidad femenina de la naturaleza manifestada en la obra de Plinio no es reconocida abiertamente por Beagon (1996) en su análisis, debemos señalar que en la *NH* la feminización de la naturaleza es clara y constituye un elemento clave para poder conceptualizar la visión de la misma que tiene el autor.

estómago fuerte. Las comidas fuertemente condimentadas debían evitarse. A lo largo del primer libro de su tratado, Celso especificó distintos regímenes para circunstancias y dolencias específicas. En el tercer libro de su tratado expuso su opinión de que el mejor medicamento era el alimento oportunamente administrado ("Vero optimum medicamentum est cibus opportune datus"), siendo una cuestión clave discernir cuál era el momento adecuado para la intervención (*Med*. III, 4).

Como es evidente, se entendía que la alimentación estaba siempre presente en la vida humana, fuera que una persona estuviera sana o no y los autores médicos abordaron esta cuestión. Estar *de acuerdo con la naturaleza* significaba comer y procesar los tipos, cantidades y cualidades adecuadas de alimentos, de manera que el cuerpo pudiera transformar adecuadamente la comida en nutrimento y, en última instancia, en sangre.[95] Cuando la situación contraria ocurría, y el cuerpo no podía desechar o procesar los alimentos, una alteración en los procesos corporales causaba que la persona experimentara un estado de enfermedad (o *en contra de la naturaleza*). El objetivo de la medicina, como fue establecido al comienzo de este capítulo, era doble: por un lado, proporcionar un conocimiento coherente y discursivamente sustentado sobre la vida humana, la naturaleza y la salud; y por el otro, poner esas ideas en práctica con el propósito de mantener y restaurar la salud de los pacientes. Se entendía que los alimentos, junto a otros elementos del ambiente, se relacionaban dinámicamente con el cuerpo humano, y por lo tanto constituían un elemento crítico en el mantenimiento de un cierto equilibrio, con el propósito de estar *de acuerdo con la naturaleza*. En consecuencia, las recomendaciones dietéticas —esto es, la sugerencia de alimentos apropiados para diferentes combinaciones de acontecimientos corporales y extra-corporales, sumado a algunas ideas sobre su impacto en la salud de las personas— estaban presentes en todos los tratados médicos romanos aquí analizados.

Si bien la dietética es una temática importante en la obra de los distintos autores, el tratamiento del tema de la alimentación varía de uno a otro. Al mismo tiempo que construyen una narrativa sobre el arte de la medicina basada en una tradición acumulativa, los autores médicos abordan también el tema de la alimentación desde sus propias perspectivas teóricas y metodológicas.[96] El papel de los conocimientos heredados se equilibra necesariamente con la experiencia directa y personal de cada autor. Por lo tanto, aunque los médicos proveen un marco conceptual para comprender los efectos de la alimentación en el cuerpo humano, es recurrente en sus textos la noción de que, si bien ellos

[95] En su tratado *Sobre las Facultades Naturales*, Galeno explicó que los animales (incluído el animal humano) no podían extraer nutrientes de cualquier tipo de alimento, y que tampoco podían extraer los nutrientes de una sola vez. Es por ello que se necesitaban varios órganos para alterar el alimento (*Nat. Fac.* K 21), atrayendo los nutrientes, y convirtiéndolos en sangre para nutrir así a todos los órganos del cuerpo. El autor manifestó que el pan, la lechuga, la remolacha y otros alimentos, necesitaban un alto grado de transformación previa para poder convertirse en sangre (*Nat. Fac.* K 22). Aquí Galeno apela a la noción compartida entre autores médicos y no médicos acerca de la relación entre alimento, sangre y nutrición: el alimento era convertido en sangre y utilizado para todas las funciones corporales.

[96] En el cierre el segundo libro de su tratado, Celso comenta que cada médico sigue sus propias ideas en lugar de transmitir aquello que fueron encontrando como verdadero (*Med* II, 33).

proporcionan referencias generales, corresponde al paciente ver qué es lo más le conviene (*Med*. I, 1; *Alim. Fac.* I, 1).

¿Existía un cuerpo estándar en el discurso médico sobre la nutrición?

En su tratado acerca de las facultades de los alimentos (*Alim. Fac*)[97] Galeno estableció que, puesto que tanto los seres humanos como los alimentos poseen mezclas peculiares de humores (como resultado de la acción de cuatro cualidades fundamentales), en su tratado se dedicaría a examinar las interacciones entre ambos ("*hominum pariter ac ciborum temperamenta considerasse"*) (K 472). El autor definió un hipotético cuerpo humano *promedio* ("hominis corpus medii plane sit temperamenti*"*)[98] para el cual sería más adecuada una alimentación que sea promedio también en términos de mezcla de humores. Sin embargo, el autor añadió que si el cuerpo fuera más cálido o frío, seco o húmedo, necesitará ser alterado en la dirección opuesta, en la misma medida en que se hubiera apartado de su condición promedio (correspondientemente: más frío o cálido, más húmedo o seco). Además, Galeno remarcó que las diferencias de opinión entre los autores respecto a las propiedades de los mismos alimentos puede deberse al hecho de que no todas las personas tienen una misma mezcla desde el comienzo de sus vidas, ni la misma se mantiene invariable en la edad adulta, como tampoco durante cambios estacionales o geográficos (*Alim. Fac*. K 472; *Nat Fac.* K 118). También las costumbres y el modo de vida afectan la particular disposición del cuerpo (*Alim. Fac.* K 469-470). Galeno seguía la teoría humoral de origen griego, que consideraba que existían cuatro elementos y disposiciones principales del cuerpo humano, aunque la mezcla específica variaba de un individuo a otro (*Alim. Fac*. K 459, 463, 661, 663, 726). Se creía, además, que los alimentos también tenían una peculiar mezcla de cualidades que producían diferentes humores en interacción con el cuerpo humano (*Nat. Fac.* K 118; *Alim. Fac.* K 559). Podemos afirmar, entonces, que las referencias a los alimentos y a la nutrición humana ofrecidas por Galeno no eran universalmente válidas, sino que debían considerarse en conexión al cuerpo que las recibía.

La idea de que cada cuerpo era diferente y reaccionaba de forma particular a los distintos alimentos es reiterada al final del tratado de Galeno, en el párrafo final. Allí, Galeno hizo referencia también a las diferencias entre el animal humano y el resto de los animales en términos de alimento y nutrición:

> Aquello que es neutro será específico a la naturaleza de cada animal —esto y aquello para los humanos, esto y aquello para un perro, esto y aquello para cada animal. Y para el ser humano [*anthropos-homo*] como individuo separado, esto y aquello en

[97] En este trabajo Galeno se refiere a seres humanos en particular, que constituyen el foco de su atención, mientras que en sus otros tratados analizados en este capítulo, *Sobre las Facultades Naturales* y *Acerca de la Utilidad de las Partes del Cuerpo*, la referencia son los animales, aunque esto incluía a los humanos. En ciertas ocasiones, el autor se refiere a los animales, pero describe características específicamente humanas.

[98] El texto en latín menciona *homo* en referencia a los humanos en general. Como aclaramos al inicio, si bien las traducciones ofrecen el término "hombre" en su lugar. En este capítulo, de la misma forma que en el resto de la tesis, sustituimos el término "hombres" por el de "humanos" en cada caso en que se utilice *homo* en el texto latino.

> relación a la edad y, también, a las diferentes ocupaciones, costumbres y el distrito en el que han residido por un largo tiempo" (*Alim. Fac.* K 748).

Así pues, entre las variables que Galeno consideró relevantes en la reflexión acerca de la alimentación y la nutrición en humanos, el género no parece desempeñar un papel fundamental.[99] La edad, por su parte, aunque aparece con frecuencia, no es explicada en detalle por Galeno. Se consideran ideas generales sobre las peculiaridades de ser un niño, un joven, y luego una persona mayor, pero no se profundiza sobre sus implicancias. Esto no significa que mujeres y niños no fueran mencionados en el tratado, sino que las referencias a la dieta, al menos en esta obra, no apuntan a la existencia de una mezcla específica de humores en las mujeres o en los niños, como tampoco la idea de una dieta definida para ellos.

Celso ofreció lineamientos similares en su trabajo, en el que destaca que no todos los remedios convenían a todo tipo de enfermos y que, para delinear una intervención adecuada, el tipo de enfermedad, la edad y el cuerpo del paciente, el clima y el momento del año debían ser considerados (*Med*. II, 1; III, 1/4). Aquí vemos que no solamente eran importantes la constitución corporal y las características de la enfermedad, sino que, además, un amplio abanico de elementos ambientales y transitorios intervenían en la consecución de la salud. En este contexto se creía que los alimentos, que servían tanto para la preservación como para la restauración de la salud, tenían poderes propios, por lo que era de suma relevancia establecer criterios médicos generales acerca de ellos. Celso se refirió a los poderes de los alimentos (*vires ciborum*) a lo largo del segundo libro (desde el capítulo 18 hasta el 33). El médico categorizó a los alimentos en términos de *fuertes*, *medios* y *débiles*, en relación a sus poderes naturales (*vires*)[100], y estableció las posibles interacciones de los mismos con el cuerpo humano en tratamiento:

> Por lo tanto la calidad del alimento administrado debe estar en consonancia con la fortaleza del paciente [*viribus*], y la cantidad de acuerdo a su calidad. Para los pacientes débiles [*imbecilis hominibus*], por lo tanto, se necesita el alimento más liviano [*infirmissimis rebus*]; el alimento de clase media (*media materia*) sostiene mejor a aquellos moderadamente fuertes [*mediocriter*], y para los robustos la más fuerte es la más apropiada [*validissima est apta robustis*]" (*Med.*, II, 18).[101]

---

[99] Zaragoza Gras (2017; 65) afirma que la diferencia sexual era, de hecho, determinante en las recomendaciones dietarias de Galeno, al menos en *Alim. Fac.* La autora contextualiza las ideas de Galeno dentro de interpretaciones más amplias acerca del cuerpo femenino en las tradiciones griegas y romanas y traslada estas ideas a su análisis del tratado de Galeno sobre la alimentación. Sin embargo, en el tratado en sí, no existen referencias explícitas al género, mucho menos a la idea de una *dieta femenina*.

[100] Celso habló de los poderes naturales de los alimentos (*vires*). Sin embargo colocó en el lugar de los alimentos más fuertes a las legumbres y los granos con los cuales se hace el pan, y clarificó que se refería a aquellos con mayor nutrimento (*alimenti*). Luego los *alimentos medios* fueron referidos como *materia media* (*media materia*), y finalmente aquellos considerados los más débiles (*imbecilissisimam materiam)* (*Med*., II, 18). Resulta muy difícil tratar de interpretar el significado de *alimenti*, pero podemos relacionarlo con la idea moderna de "contenido calórico".

[101] En los siguientes capítulos del segundo libro del tratado de Celso, el autor presentó consecutivamente: alimentos de buenos y malos jugos (Cap, 20-21); alimentos leves y acres (Cap. 22); alimentos incrasantes y atenuantes (Cap. 23); alimentos aptos para el estómago (Cap. 24); alimentos injuriantes para el estómago (Cap.

Aunque los tratados médicos suelen referirse a los “humanos” en general, el asunto de la existencia de un cuerpo paradigmático en el discurso médico ha sido ampliamente debatido. La cuestión es si existía un *cuerpo estándar* en relación a la alimentación y la nutrición en el pensamiento médico romano, y si, tal como sucede en la ciencia nutricional moderna, se trataba de un cuerpo masculino. Se ha sugerido que el cuerpo por defecto en el pensamiento médico romano ha sido el de un adulto varón (Flemming, 2000, p. 228). Esto no resulta sorprendente, puesto que los autores eran varones adultos interpretando la naturaleza y el cuerpo humano desde su propio punto de vista. Podemos acordar, entonces, con esta interpretación en la medida en que en los tratados médicos se señala a las mujeres y a los niños como sujetos excepcionales, mostrando así que el cuerpo de referencia es, efectivamente, el de un adulto varón. Sin embargo, en lo que se refiere a las interrelaciones entre la alimentación y el cuerpo humano, el género no aparece como una variable definitoria, sino que la combinación de los distintos aspectos relevantes —la edad, la estación del año, la ocupación, la ubicación, el género— debían considerarse conjuntamente. Por lo tanto, puesto que ningún paciente podía ser reducido a una sola de esas variables, no existía una dieta definida para *hombres*, *mujeres* o *niños.* En cambio, los autores médicos establecían principios generales, que debían adaptarse a la combinación específica de la persona que recibiría el tratamiento.

5.2. El discurso médico: nutrición y generación

Las interacciones entre los alimentos y el cuerpo humano son un tema recurrente en los tratados médicos romanos, sobre todo en el contexto de la terapéutica. No obstante, las interpretaciones respecto a cómo los alimentos son transformados dentro del cuerpo, y cómo ello contribuía a la continuación de la vida son escasas. Aún así, podemos hallar en los textos ideas sobre el funcionamiento y la relevancia de la nutrición y el rol que desempeña el cuerpo femenino en dichas explicaciones resulta clave para localizar a las mujeres en conexión con la nutrición dentro del pensamiento médico romano.

Nutrición

Galeno abordó la nutrición en su obra *Sobre las Facultades Naturales* (*peri physicon dynameion*), aunque no como un tema en sí mismo. En cambio, las referencias a la nutrición se encuentran desparramadas a lo largo del tratado, cuyo principal objetivo era indagar en las facultades de la Naturaleza, presentes tanto en las plantas como en los animales (*Nat. Fac.* K 1-6). Allí se establece que la nutrición comprendía los procesos mediante los cuales el nutrimento era derivado de los alimentos y transformado en sangre. Al mismo tiempo, comprendía las formas en que las diferentes

25); alimentos inflamatorios (Cap. 26); alimentos que eran calentadores y enfriadores (Cap. 27); alimentos que se descomponían fácilmente en el interior (Cap. 28); alimentos que movilizaban la barriga (Cap. 29); alimentos astringentes para la barriga (Cap. 30); alimentos que movilizan la orina (Cap. 31); alimentos que favorecían el sueño (Cap. 32); y alimentos atenuantes (Cap. 33). A lo largo de estos capítulos algunos alimentos son mencionados repetidamente y en diferentes categorías —a veces contradictorias—. La noción de que no todos los tipos de alimentos correspondían a todos los cuerpos es reiterada en varias ocasiones.

partes del cuerpo recibían sustento, a través de la sangre, para continuar su funcionamiento normal. Por lo tanto, la nutrición era entendida como un proceso esencial para la continuación de la vida de todas las entidades vivientes.

Desde la perspectiva de Galeno, la nutrición era causada por la facultad nutritiva, y la definía como "una asimilación de aquello que nutre por aquello que recibe nutrimento" (*Nat. Fac.,* K24). El alimento era reconocido como la fuente principal de nutrición. No obstante, Galeno señaló que nuestros cuerpos eran incapaces de nutrirse directamente de él, dado que en el alimento existía una gran cantidad de material superfluo y por lo tanto el nutrimento debía ser separado de este material para una posterior asimilación (*Nat. Fac*. K23).[102] Además, como afirmó el autor, resultaba necesario que la materia destinada a nutrir fuera de cualidades similares a las del material que la asimilaba, por lo tanto, el alimento necesitaba ser transformado en sangre mediante la digestión, para que pudiera nutrir a los distintos órganos del cuerpo.[103] Estos principios explicaban la necesidad de contar con varios órganos para alterar el nutrimento, y la coordinación de diferentes actividades para su correcta transformación en sangre (*Nat. Fac*. K 21).[104]

El proceso completo de digestión, al que Galeno llamó la *economía de la nutrición* ("τὴν τῆς τροφῆς οἰκονομίᾱν", en griego) (*Nat. Fac.* K 200) se dividía en tres períodos. El primero comprendía el tiempo en el que el nutrimento permanecía en el estómago para su alteración; luego pasaba al hígado. Durante el segundo período, el nutrimento se desplazaba por los intestinos, mientras que una pequeña parte era transportada a través de todo el cuerpo. El tercer período implicaba la finalización de la asimilación en el estómago, y la dispersión del resto del nutrimento a todas las partes del cuerpo (*Nat. Fac.* K 201). A través de estos pasos, y ayudado por la acción de las facultades atractivas, retentivas, alteradoras y eliminatorias, el nutrimento del alimento era alterado, separado del material de desecho —que necesitaba ser excretado—, transformado en sangre y distribuído a todos los órganos del cuerpo, para el desempeño de sus funciones normales.

La alteración del material (alimento) comenzaba en el estómago. Como señaló Galeno, para que se produjera la asimilación de aquello que nutría por aquello que era nutrido, eran necesarios procesos previos de adhesión (*prosphysis*) y presentación (*prosthesis*) (*Nat. Fac.* K 24). Existe un elemento temporal en la explicación del funcionamiento de estos procesos. La facultad retentiva era presentada como aquella que permitía a la materia estar disponible durante un período de tiempo mientras estaba

[102] El autor también diferenció al nutrimento (aquello que es nutritivo) del cuasi-nutrimento (materia que está siendo procesada, y no es todavía nutritiva) (*Nat. Fac*. K 25).
[103] La idea de que el nutrimento debía ser de cualidad similar a aquello que nutría era una idea recurrente en los tratados galénicos sobre la alimentación. La noción de que lo similar atrae a lo similar estaba vinculada con la medicina hipocrática. La digestión, la producción de sangre y la nutrición eran pensados como procesos similares, de alteración, tal como se menciona en *Nat. Fac*. K89. La alteración, por su parte, se pensaba como el resultado de la acción del calor innato del cuerpo.
[104] Las facultades involucradas en la digestión (atractiva, retentiva, alteradora y eliminativa) estaban presentes en cada parte que debía ser nutrida, y eran llamadas por Galeno "*las sirvientas de la nutrición*" (*Nat. Fac.* K 178). En *Nat. Fac.* K 198-199 el autor reiteró que las cuatro cualidades se encuentran presentes en todos los órganos del cuerpo.

siendo alterada en el estómago. El autor explicó la forma en que actuaba la facultad retentiva mediante un interesante paralelismo entre “aquellas partes del animal que son especialmente huecas y largas”; es decir, el estómago (*gaster*) y el útero (*metra-hustera*) (*Nat. Fac.* K 146). Galeno manifestó que:

> El estómago retiene el alimento hasta que lo ha digerido completamente, y el útero retiene el embrión hasta que lo completa, pero el tiempo que tarda en completarse el embrión es muchas veces mayor que el de la digestión del alimento. (*Nat. Fac.* K 147).

El hecho de que el útero retuviera al embrión por un tiempo más prolongado que el estómago al alimento (en la mayoría de las mujeres nueve meses, de acuerdo con el autor), lo convertía en un mejor ejemplo para explicar cómo funcionaba esta facultad retentiva. Tras la concepción el útero se cerraba, solamente para abrirse una vez que el feto estaba maduro. Curiosamente, Galeno ofreció como evidencia del cierre del útero en torno al embrión, información proporcionada por mujeres. El autor expuso que:

> Cuando las parteras lo palpan, el os [el cuello uterino] se encuentra cerrado, mientras que las propias mujeres embarazadas, durante los primeros días —y particularmente en el día en que tiene lugar la concepción— experimentan una sensación como si el útero se moviera y contrajera sobre sí mismo. (*Nat. Fac.* K 150)

Incluso el autor añadió que al sentir ese cierre, las mujeres creían haber recibido el semen del varón.[105] En la explicación sobre la digestión ofrecida por Galeno, las capas del estómago se contraían sobre el alimento, como las capas del útero se contraían sobre el feto (*Nat. Fac.* K 156). Y mientras actuaba la facultad retentiva, el nutrimento del alimento era absorbido y almacenado. Pero, como se ha mencionado antes, en los alimentos había material superfluo junto con el nutrimento, que no era útil para la nutrición, y necesitaba ser excretado. Entonces, luego de haber alterado el material a través de la adhesión y presentación del estómago, los nutrientes continuaban su camino hacia el hígado, mientras que la facultad eliminativa actuaba sobre el material residual.

La facultad retentiva del estómago y el útero se explicaba además en oposición a la facultad eliminativa. Durante el embarazo el útero se cerraba sobre el embrión, pero una vez que el feto estaba maduro, gracias a la facultad eliminativa, se producía el parto normal. Sin embargo, si algo salía mal con el corión, con cualquier otra membrana o con el feto, la facultad eliminativa aparecía con violencia, causando un aborto espontáneo[106]:

---

[105] Esta idea sobre el cierre de la boca del útero alrededor del feto es sustentada a través de la autoridad de Herófilo de Calcedonia (cerca del 300 AC) y de Hipócrates (*Nat. Fac.* K 150).

[106] En las mujeres que ejercitaban esta facultad (eliminativa) sin moderación, dice Galeno, el útero a veces prolapsaba (*Nat. Fac*. K 151). Aunque la facultad eliminativa era una característica del útero, luego de que el cuello uterino se abría para el parto, los músculos epigástricos ayudaban a la salida del bebe (*Nat. Fac.* K 152).

> En el caso de la facultad opuesta [la eliminativa], el *os* [la boca] se abre, mientras que el fondo se acerca lo más posible al os, expulsando al embrión al hacerlo; y junto al fondo las partes contiguas —que forman una faja alrededor de todo el órgano— cooperan en el trabajo; aprietan en el embrión y lo impulsan fuera del cuerpo. (*Nat. Fac.* K 152).

De un modo similar, durante la digestión, el estómago se cerraba sobre el alimento, para asimilar los nutrientes (*Nat. Fac.* K 157). Los procesos de adhesión y presentación permitían al estómago separar las partes útiles de los alimentos, que eran absorbidas y almacenadas, de los residuos que eran eliminados en virtud de la facultad eliminativa (*Nat. Fac.* K183/4). Además, cuando el estómago está sobrecargado, o es incapaz de soportar la calidad de los alimentos o de las sustancias sobrantes contenidas en los alimentos, la facultad expulsiva actúa causando diarrea y vómitos (*Nat. Fac.* K 159).[107]

En la descripción que formuló Galeno respecto de la nutrición, las facultades de la naturaleza contribuían a la transformación del alimento en nutrimento, y a éste en sangre, permitiendo así al cuerpo mantener todas las funciones corporales necesarias. Para explicar cómo se producía la digestión y qué facultades intervenían en ella Galeno apeló a un paralelismo entre el funcionamiento del estómago y del útero, siendo este último sólo un rasgo de las hembras —y por las referencias específicas del autor, podemos ver que está describiendo un útero humano— (*Nat. Fac*. K 147). Como se ha señalado anteriormente, los discursos médicos romanos reflejaban la idea de un cuerpo estándar masculino, siendo pensado el cuerpo femenino como “inferior” (Flemming, 1999, p. 362). Sin embargo, en este caso, resulta interesante que el proceso de la nutrición es explicado en referencia al funcionamiento particular del cuerpo femenino.

Generación

La cuestión de la generación se encontraba estrechamente relacionada con la nutrición en la narrativa de Galeno. En la apertura del tratado sobre las facultades naturales, el autor estableció que la generación, el crecimiento y la nutrición eran *efectos de la Naturaleza*, y que estaban presentes en el animal desde el vientre materno. Por lo tanto, describió a los tres, empezando por la génesis (*Nat. Fac.* K 10). En la primera etapa de la generación animal, dos facultades entraban en juego: primero la facultad alterativa, por la cual la sustancia era transformada; y, en segundo lugar, la facultad modeladora, que formaba todos los órganos del animal. La sustancia subyacente sobre la cual estas facultades operaban era la sangre menstrual de la madre. Esto significa que, para que se formara una nueva vida animal, era necesaria la presencia de un material preexistente, sobre el cual la naturaleza actuaba (*Nat. Fac.* K 13). El crecimiento y la nutrición eran las facultades que continuaban el proceso. El crecimiento —o el aumento y la expansión en longitud, anchura y espesor de las partes sólidas del

[107] Una similitud más entre el útero y el estómago era que a través de la entrada de este último ingresaba la comida y la bebida, mientras que el canal del útero permitía la entrada del semen. Galeno afirmó que la facultad atractiva era un rasgo del útero (*Nat. Fac*. K 187).

animal (*Nat. Fac.* K11)— y la nutrición —una adición a las partes sólidas, sin expansión (*Nat. Fac.* K11)—, se encontraban asociadas. El crecimiento no podía tener lugar a menos que el nutrimento que fluía desde las diferentes partes fuera elaborado primeramente.

Con el objeto de debatir acerca de la cualidad artística de la Naturaleza en el Libro II, Galeno contrastó sus propias ideas sobre la generación con las de Erasístrato. Aunque estaba de acuerdo con el griego en que el semen poseía desde el inicio las facultades *alterativas* para transformar la sangre en los diversos órganos del animal que estaba siendo creado, Galeno remarcó que las actividades que realizaba el semen (la creación de órganos) sólo se manifestaban en conexión con la materia, dado que: “cada facultad se mantiene inoperante en ausencia de su material apropiado” (*Nat. Fac.* K 83/84). De este modo el semen (masculino) se concebía como el principio activo del animal, y por lo tanto, poseía la cualidad atractiva para atraer la sangre menstrual (*Nat. Fac.* K 85). Pero la cantidad de sangre (menstrual) necesaria debía ser la adecuada —ni poca, ni demasiada. De esta manera, el semen atraía sangre hacia sí mismo una y otra vez, utilizándola como alimento y adquiriendo como resultado volumen y cantidad. A continuación, la transformación del material en las distintas partes del animal era pensada también como una facultad del semen. El crecimiento posterior —la extensión en todas las direcciones— se sustentaba en la capacidad del semen de atraer hacía sí el nutrimento (de la sangre menstrual) a través de toda su superficie.

De acuerdo con Galeno, las facultades *alterativas* que actuaban a través del semen en la generación y aquellas que permitían la nutrición eran diferentes, aunque compartían la necesidad de disponer de un material subyacente sobre el cual actuar. El rol de la sangre menstrual, que se encontraba en el cuerpo femenino al momento de la concepción, era caracterizado como *pasivo*, en oposición al elemento masculino, que era pensado como la parte activa. Aquí Galeno seguía a Aristóteles en su idea de que nuestros cuerpos están compuestos por los principios de lo cálido, lo frío, lo seco y lo húmedo. Entre estos, el cálido era el más activo, y los animales que eran por naturaleza más cálidos —podemos localizar a los machos en este grupo— poseían una abundancia de sangre, mientras que aquellos que eran más fríos experimentaban una falta de sangre (*Nat. Fac.* K116). Respecto a la cualidad *pasiva* de la sangre menstrual, en otro pasaje, Galeno explicó que por *movimiento* se refería al cambio activo causado por una facultad. A ello agregó que “cuando el alimento se convierte en sangre, el movimiento del alimento es pasivo, y el de la vena, activo” (*Nat. Fac.* K 7). Podemos apreciar una semejanza entre la pasividad de la sangre menstrual en la generación y la pasividad del alimento en su distribución a lo largo de todo el cuerpo a través de las venas. Adicionalmente, la preexistencia tanto de la sangre menstrual como la del alimento para el desarrollo de los procesos referidos resulta igualmente necesaria.

En su tratado sobre la utilidad de las partes (*UP*), Galeno abordó una vez más el tema de la generación, pero en ese caso, tratando de explicar el rol de los distintos elementos que intervenían en ella. El autor ofreció una descripción detallada de la anatomía y del funcionamiento de las diferentes partes del cuerpo. La cuestión de la diferencia sexual es abordada a lo largo de los libros catorce y

quince en el contexto de la generación humana, donde el médico reconoció la labor de la *naturaleza* a la hora de garantizar la continuación de la vida animal —incluyendo a los humanos. Luego de describir el propósito y el funcionamiento del útero, Galeno comentó que en el cuerpo humano (como también en el de otros animales similares a ellos) las partes reproductivas venían de a pares; de allí que las hembras tuvieran una cavidad uterina izquierda y una derecha (coincidente con el número de mamas) (*UP* K 150). Más adelante, abordó el tema de si las cavidades izquierda y derecha del útero generaban hembras y machos, respectivamente, a través de una cita de Hipócrates, que refería a la idea ofrecida por Aristóteles de que la hembra era menos perfecta que el macho ("foeminam mare esse imperfectiorem") —también mencionada por Sorano (*Gyn.* III, 3). Sin embargo, aunque Galeno se basó ampliamente en las teorías tanto de Hipócrates como Aristóteles, aclaró que, puesto que Aristóteles no había finalizado su explicación, él intentaría completar la idea. De este modo, se posicionó dentro de una tradición, pero ofreciendo una interpretación ligeramente diferente a la de sus predecesores griegos. Galeno sostuvo que: "La hembra es menos perfecta que el macho, por una razón, que es más fría" ("est igitur foemina mare imperfectior, una quidem ac prima ratione, quia frigidior"). De ello, el autor derivó que si el animal que era más caliente era el más perfecto, entonces el más frío sería *menos* perfecto. Sin embargo, Galeno interpretó que los cuerpos masculinos y femeninos (humanos) compartían las mismas partes, pero que las de los machos se encontraban en el exterior, mientras que las de las hembras se hallaban en el interior de sus cuerpos.[108] De este modo, el escroto masculino tenía su paralelo en el útero femenino, los testículos en los ovarios, y el prepucio en la vagina. Esta disposición simétrica, pero opuesta, de las partes generativas masculina y femenina implicaba una organización diferente de las arterias y venas que les proporcionaban la sangre que necesitaban para funcionar. No obstante, el autor aclaró que no había nada que los hombres tuvieran que las mujeres no. Continuó, entonces, hablando sobre otros animales hasta que retomó la cuestión de los humanos, diciendo que era el más perfecto de los animales, y reiteró que el macho humano era *más perfecto que* la hembra humana, y que la causa de esa perfección era la abundancia de calor en los primeros, que era el principal instrumento de la Naturaleza. La razón del estado de imperfección de las mujeres era, por tanto, su menor calor (frialdad); pero dicha *imperfección* sólo era tal a nivel de las partes *generativas* ("sic et mulier partibus genitalibus viro est imperfectior").[109] El origen de la diferencia de calor entre machos y hembras yacía en el proceso gestacional, en el que el menor calor interviniente en la gestación de hembras impedía que sus genitales se proyectaran hacia el exterior. Como resultado, se creaba un animal *menos perfecto*. Sin embargo —y esta es la contribución clave de Galeno al actualizar la idea de Aristóteles respecto de la

[108] Laqueur (1990) explora la prevalencia del "one sex-body" ("cuerpo de un solo sexo") ofrecida por Galeno y las conexiones entre el género y la medicina desde la Antigüedad hasta alrededor del siglo XIX. Cfr. King (2016).

[109] Galeno ofreció un paralelismo entre el cuerpo imperfecto de la mujer, que tenía *casi* todo lo que mismo que el varón, y la existencia de ojos en el topo, que es un animal imperfecto, pero no tanto como los animales que no tenían ojos. Es interesante que, de este modo, Galeno relativiza la imperfección del cuerpo femenino; es decir, que aunque la hembra fuera imperfecta en comparación con el macho, no lo era de manera *absoluta*. Además, la imperfección de la hembra se circunscribía a sus partes generativas, y no consistía una cualidad de todo su cuerpo (UP K 160/162).

mujer como *imperfecta*— esta imperfección era el resultado de la previsión de la Naturaleza, siendo la misma *útil* (usus) para la continuación de la especie humana (*UP* K 162).

Para fundamentar la existencia de un animal humano *imperfecto,* Galeno explicó la gestación, y en su argumentación, proporcionó a la nutrición un rol clave. El autor sustuvo que el feto necesitaba materia abundante (*copiosam materiam*) para su formación y desarrollo. Existían dos modos de adquirir materia: ya fuera arrebatando el alimento del útero materno, o usando el material superfluo. Mientras que la primera opción era perjudicial para el cuerpo que engendraba al feto, ya que se llevaba parte de su sustento, la segunda opción era imposible si la hembra fuera tan caliente como el macho. En tal caso el propio calor interno del cuerpo consumiría toda la materia, como ocurría en los cuerpos calientes. Entonces, gracias a que la hembra era más fría, y el alimento no era consumido totalmente por su cuerpo, ella disponía de material excedente que se alojaba en el útero en forma de sangre, y que resultaba útil para la formación y desarrollo del feto.

No obstante esto, la hembra no era simplemente *fría* sino *menos caliente que* el macho. Galeno sostuvo que aquel cuerpo que no era ni completamente caliente ni frío, tenía la habilidad de "cocinar" el alimento dentro de su cuerpo, aunque no en su totalidad, produciendo como resultado un excedente. Esta imperfección que implicaba el ser *menos caliente* que el humano perfecto (el varón) era también la razón por la cual los genitales femeninos se encontraban en el interior de sus cuerpos, en contraposición con los de los varones, que en virtud del calor interno, se proyectaban completamente hacia el exterior. Al encontrarse en el interior del cuerpo, pues, el útero resultaba el recipiente perfecto para alojar el esperma y el lugar adecuado donde el feto podía desarrollarse (*UP* K 163). Una consecuencia más de que la hembra no fuera tan caliente como el macho, era el hecho de que sus *testes* (es decir, los ovarios) eran más pequeños que aquellos de los machos y, junto con el resto de órganos reproductivos, *imperfectos.* El semen completamente "cocinado" del macho perfecto producía una semilla que era considerada como el principio activo del *futuro* animal ("principium est animale effectivum*"*). Sin embargo, puesto que la Naturaleza era una *creadora sabia* (*opifice sapienter*), hacía que de esa imperfección de la hembra se originara todo lo que era útil para la generación de los animales. Galeno enumeró estos aspectos que resultaban útiles: que las partes (genitales) no se proyectaran hacia al exterior; que en ellas se acumulara el residuo de la alimentación y que representara un *alimento bueno* para el feto (*alimenti benigni*); que su semen fuera imperfecto pero, al mismo tiempo, que dispusiera de un órgano hueco donde recibir el semen perfecto (es decir, el masculino). Como contraparte, el macho poseía largos genitales adecuados para el sexo, y semen abundante y bien cocido (*UP* K 165).

En el pasaje siguiente Galeno evaluó la calidad del semen masculino y femenino así como también la afirmación de otros autores de que los movimientos de uno y otro eran diferentes. El médico concluyó que el esperma femenino *necesitaba* del masculino, y que ambos se mezclaban en un solo movimiento. La idea de que la contribución de cada esperma es similar, y que necesitan mezclarse

para crear un nuevo ser resulta llamativa.[110] Por otro lado, Galeno planteó una pregunta interesante, también formulada por Plinio el Viejo en su obra *Naturalis Historia*: si el espermatozoide femenino no tenía necesidad del masculino para formar un nuevo ser, entonces ¿qué impedía a la mujer descargar la semilla en su interior y completar el desarrollo del feto dentro de su propio cuerpo? ("quid impediet, quod minus foemina, solo semine in se ipsam emisso, ita demum foetum absolvat") (*UP* K 166; *NH* 10, 184). El desarrollo de *molae* en el cuerpo femenino ha sido señalado por otros autores romanos como una formación en el útero, independiente de la existencia de una contribución masculina (ver la siguiente sección). En cualquier caso, Galeno remarcó que era mejor sostener que el esperma masculino poseía el *principio del movimiento,* posponiendo la explicación respecto de la contribución femenina para más adelante. Al retomar el tema luego, el autor manifestó que el esperma masculino contribuía a la formación de todas las membranas cuando la hembra concebía. Por lo tanto, el elemento inicial, aunque producto de la acción del esperma masculino, era elaborado y alimentado por el semen femenino, que era de un material similar al del macho ("ipsum enim amplius coquitur, atque initio statim ex femina semine nutriutur tanquam id natura familiare magis sit, et omne, quod nutritus, a similibus augeri facilius possit"). El autor añadió, sin embargo, que el *alantoides*[111] se formaba a partir del semen femenino (*UP* K 189). Galeno también explicó en detalle cómo los órganos reproductivos izquierdo y derecho (tanto los testículos como el útero) recibían sangre a través de diferentes arterias y venas. La sangre del lado derecho era más caliente, por lo tanto más pura, mientras que la izquierda se presentaba llena de residuos y era, como consecuencia, menos perfecta. La causa de la diferenciación sexual *in utero*, por tanto, era el origen de las venas que nutrían el útero ("quorum est causa principium venarum matrices nutrientium*"*) (*UP* K175). De esa manera, los embriones que se formaran del lado derecho generarían varones, mientras que los del lado izquierdo generarían niñas.[112]

---

[110] Acerca de la existencia y función del semen femenino ver Flemming (2021).

[111] Donovan y Bordoni (2002) explican la formación del alantoides: "*Durante la segunda semana de desarrollo embrionario, ha ocurrido la implantación, y el conceptus es el blastocito, que contiene las celulas de masa interna. La célula de masa interior es un derivado temprano del embrión. El blastocito comienza organizándose en cuatro membranas extra-embriónicas. Estas se llaman el saco vitelino, amnion, corion y alantoides. Cada membrana juega un rol de apoyo para el desarrollo del embrión (...). El saco vitelino también da origen al alantoides en la tercera semana de gestación. El alantoides es un saco externo tubular del saco vitelino que está involucrado en la remoción de productos residuales nitrogenados y asociado con el desarrollo de la vejiga urinaria. El alantoides conecta la vejiga con el saco vitelino durante el desarrollo fetal. El alantoides comienza a encorvarse durante el cuarto y quinto mes de embarazo, formando el uraco".*

[112] Galeno explicó que los vasos sanguíneos que alimentaban los testículos derechos, en los machos, y al útero derecho en las hembras, provenían de grandes vasos en la espina, que procedían de la vena cava y de la aorta, mientras que aquellos que alimentaban las partes izquierdas venían de los mismos vasos que estaban conectados a los riñones. De este modo, la parte izquierda de los órganos recibía sangre sin filtrar, acuosa y serosa. La sangre que alimentaba la parte derecha de los órganos, por el contrario, recibía sangre más pura que estaba bien cocinada por el calor. La generación de niños en el lado derecho y niñas en el lado izquierdo era visto como una consecuencia de la nutrición diferencial de las partes de los órganos, y de su temperamento global (*UP* K171).
Sin embargo, Galeno también explicó que no siempre ocurría que lo que era más fuerte por naturaleza, era más fuerte en cada ser. Si bien, en general, el testículo derecho era pensado como más fuerte que el izquierdo, podía ocurrir que en un individuo, ocurriera lo opuesto (*UP* K 172).

Estos pasajes de Galeno en referencia a las ideas de Aristóteles han servido para sostener la noción de una relación jerárquica entre machos y hembras en la generación humana y, por extensión, de hombres y mujeres, que se inscribía en la *naturaleza* a través del discurso médico.[113] Esto fue interpretado, además, como un reflejo de las relaciones de género en las sociedades griega y romana (Sissia, 1994; Dean-Jones, 1994; González Gutiérrez, 2015).[114] Ambos discursos (los de Aristóteles y Galeno), en sus contextos históricos, están compelidos a explicar la generación humana; y la presencia y participación de las mujeres en la misma no puede ser obviada. De allí que el intercambio entre el cuerpo masculino y el femenino y sus elementos constitutivos se expliquen en términos filosóficos y médicos. En ambos, el hombre contribuye al acto de la generación a través del esperma, que es producido en el cuerpo masculino y depositado en el femenino. El cuerpo femenino, entonces, recibe el esperma y provee la sustancia para el desarrollo de ese elemento seminal masculino. Ya sea a través de una mezcla de los elementos femeninos y masculinos, o si se entiende que el esperma masculino actúa sobre la sangre menstrual —la cual es caracterizada como pasiva —, cualquier explicación acerca de cómo se crea una nueva vida necesita incorporar procesos que tienen lugar dentro del cuerpo femenino. Los autores varones sólo pueden comprender y describir ese cuerpo femenino a través de conocimientos teóricos heredados y de experiencias personales (externas). En este sentido, si estamos de acuerdo en entender que la articulación del discurso médico necesitaba ajustarse, al menos hasta cierto punto, a las nociones culturalmente compartidas en la sociedad, podemos entonces comprender la lectura de las ideas de Aristóteles y Galeno sobre la generación como una prueba más de la creencia prevaleciente de que los varones estaban *naturalmente* mejor constituídos que las mujeres. De manera similar, la inclusión del elemento femenino exigía vincular su valor social a un oscuro hecho anatómico, que se dirimía, al menos en términos médicos, discursivamente. Sin embargo, dado que la gestación ocurría dentro del cuerpo

---

Sorano desestimó la noción hipocrática heredada de que los machos y las hembras eran generadas en diferentes partes del útero y que los síntomas externos de las mujeres embarazadas diferían en conexión con el sexo del feto (*Gyn*. I, 45).

[113] Aquí tomamos de la definición de Flemming de *naturalización* como*:* "la fortificación de lo que es costumbre, convencional e históricamente contingente mediante su presentación como dado y natural" (2000; p. 4); esto último es una característica clave del discurso médico romano. En este sentido, la apelación a la naturaleza como la creadora de machos perfectos y hembras imperfectas tenía por objeto atribuir a ese hecho una cualidad aparentemente inmanente, cuando en realidad era el resultado de nociones establecidas social y culturalmente. Sin embargo, debemos añadir que la necesidad de una actualización y revisión de las ideas heredadas por Galeno —en este caso lo que se considera es *acorde a la naturaleza*— más que probar que se mantienían indiscutidas, es evidencia de que estaban siendo disputadas.

[114] Leslie Dean Jones compara las ideas griegas y romanas sobre el cuerpo femenino. Reconoce que existen diferencias entre las ideas de Aristóteles y Galeno (entre otros autores) acerca del cuerpo femenino. Afirma que Galeno reforzó la idea de que las mujeres eran 'menos augustas' que los hombres. Sin embargo, en términos generales sostiene que: "El cuerpo femenino se entendía cada vez más en los mismos términos que el masculino en los escritos médicos de la Antigüedad, lo que puede haber estado en correlación con el hecho de que las mujeres desempeñarán un papel social cada vez más diverso" (1994; 203).

Giulia Sissia refiere a las ideas de Aristóteles sobre la imperfección del cuerpo femenino, incorporando el pasaje mencionado por Galeno. Según ella, aunque este modelo reconoce la superioridad masculina, también reconoce la contribución conjunta, de hombres y mujeres, a la reproducción. Sin embargo, la lectura social de estas ideas es una desestimación de la mujer como "obviamente inferior al hombre" (1992, pp. 80-81).

González Gutiérrez considera que la identificación de la hembra como "macho imperfecto" y elemento pasivo en la reproducción servía para potenciar la posición social inferior de la mujer (2015, pp. 146-147). La autora entiende que el discurso médico funcionaba reforzando la preeminencia moral y jurídica del padre sobre el feto.

femenino —y no del masculino— la idea de una contribución activa masculina se sostuvo como una obviedad teórica, aunque no constituía una verdad en sí misma. La noción de que era el material masculino el que portaba el espíritu, el impulso para la continuación de la vida, sirvió seguramente para sostener las pretensiones legales del *pater* sobre su descendencia, y para reforzar el predominio de los varones en la sociedad.[115] Sin embargo, el material principal —el alimento— era una *condición preexistente* para la procreación humana. Así, incluso si adscribiéramos a la interpretación de estos discursos como representativos de una jerarquía social, ello no implica la exclusión de lo subalterno, puesto que, tal como expresa Galeno, la complementariedad era la clave. Aún el *perfecto* cuerpo masculino necesitaba un cuerpo *imperfecto* femenino para la procreación.

Más allá de la prevalencia del discurso acerca de la *imperfección* del cuerpo femenino, las explicaciones de Aristóteles y Galeno sobre la procreación humana y sobre la participación de la madre y el padre son ligeramente diferentes. Se ha señalado que las imágenes ofrecidas por Galeno respecto del rol del esperma femenino y de la sangre menstrual en la concepción es difusa y que la función del útero no resulta clara (Connell, 1999). Desde su perspectiva, es claro que ambos progenitores contribuyen a la formación del feto, siendo el parecido del bebé con ambos la prueba de la mezcla de sus materiales (*UP* K 166-167). De este modo Galeno construyó su propia autoridad tomando algunas ideas de la medicina hipocrática y de la filosofía aristotélica, pero estableciendo también su propio punto de vista. y diferenciándose así de sus predecesores. Como establecimos anteriormente, dentro de la medicina la tradición del conocimiento acumulativo y la falta de ortodoxia permitieron la coexistencia de coincidencias y divergencias entre los autores.

Es interesante notar que las explicaciones griegas y romanas respecto de la diferencia de género se encuentran enraizadas en características diferenciales que son, en última instancia, un resultado de la nutrición. Receba Flemming se refirió a una diferencia en la *economía somática* entre hombres y mujeres, como un rasgo presente en los discursos médicos romanos (2000, p. 342). En este sentido, proponemos reformular este concepto agregando que esa diferencia radica, precisamente, en el modo en que el cuerpo femenino interactúa con los alimentos. Así, las diferencias de género son, específicamente, el resultado de una *economía nutricional* distintiva. Galeno estableció que, tanto el útero como los ovarios (llamados *testes* en los tratados), generan alimento para sí mismos (para su funcionamiento correcto) pero también para alimentar al feto y generar el semen femenino (“quum enim non sibi ipsis solis matrices, sed etiam foetibus alimentum comparent iccirco magnis indigent vasis; magnis autem testes etiam indigent, quod neque ipsos solum nutrire, verum etiam semen gignere oporteat”) (*UP* K 201). Por otra parte, las ideas médicas de que la sangre menstrual constituye un residuo del procesamiento de los alimentos dentro del cuerpo (o de la nutrición), de que

[115] El *paterfamilias* podía reclamar poder legal sobre su esposa, sobre los hijos nacidos de su esposa y sobre los hijos de sus hijos (sus nietos) (Evans Grubbs, 2002). Se consideraba que el feto en el útero era un ser humano totalmente desarrollado (*Dig*. 1. 5. 7), y eran considerados herederos póstumos legítimos (*Dig.* 28. 2. 4); sin embargo, revisiones de hasta cinco mujeres eran requeridas por el procurador de modo de establecer si aquellos fetos que estaban en el útero de la mujer eran los hijos legítimos del hombre (*Dig. Ulp.* 25.4.1). Ver también: González Gutiérrez (2015; Capítulo 4.3.)

ese residuo es transformado en sangre y de que el cuerpo femenino no alcanza a consumirla por completo, generando, de esa manera, un excedente de materia, se revelan como nociones compartidas con el resto de la sociedad (ver próxima sección). A su vez, todas estas explicaciones médicas sobre la generación, las diferencias de género y la fisiología específica del cuerpo femenino refieren en algún punto a la centralidad, naturaleza y función, de la sangre menstrual.

Como se ha expuesto, las explicaciones sobre la nutrición y la generación, procesos que tienen lugar en el interior del cuerpo humano, suponen una combinación de la información proporcionada por practicantes médicos y pacientes tanto femeninos como masculinos, junto con los conocimientos médicos y filosóficos heredados, las ideas socialmente compartidas y las propias construcciones teóricas de los autores. En este contexto, resulta notable que un proceso básico como el de la nutrición sea descrito a través de referencias al funcionamiento del órgano característico del cuerpo femenino, el útero. Por otro lado, aunque el tratamiento médico de la cuestión de la generación, parece contribuir a naturalizar valores sociales tales como la perfección del cuerpo masculino, al implicar complejos procesos que tienen lugar en el interior del cuerpo femenino, necesitan abordar también la cuestión de la contribución femenina. En este punto, la sangre menstrual, resultante de una *economía nutricional* particular de las mujeres, es el material fundamental para la creación de una nueva vida.

5.3. La fisiología de mujeres y niños y su relación con la alimentación y la nutrición

Las diversas sectas médicas interpretaron a los cuerpos de las mujeres y niños desde marcos conceptuales diferentes. Como resultado, ofrecieron explicaciones diversas respecto de sus características principales y de lo que significaba para unos y otros estar sanos. La visión del cuerpo femenino heredada en gran medida de la tradición hipocrática apuntaba a: una distintiva textura de su carne (esponjosa y suelta); una mezcla de elementos en la que los principios húmedo y frío dominaban; la menstruación como una purga mensual necesaria del material excedente de la nutrición; y una salud directamente dependiente de su actividad reproductiva.[116] Sorano, por su parte, creía que las mujeres no eran genéricamente diferentes de los varones, y que ambos estaban sujetos a las mismas variaciones estacionales, de las enfermedades, y males. Sin embargo, el médico reconocía que había “condiciones (que les eran) particulares”, que estaban íntimamente relacionadas con su fisiología específica y con su capacidad reproductiva. El útero, la *menses*, la concepción, el

[116] King señala que las ideas sobre la salud de las mujeres en la tradición hipocrática coinciden con su rol como madres. El embarazo se veía como una forma de poner a buen uso el material excedente de la sangre menstrual y prevenir que el útero deambulara. También se pensaba al parto como una forma de purga (King, 2005, 2013). Es decir que, para el discurso médico hipocrático la salud de las mujeres estaba atada a su función social atribuida (o, podríamos decir, *impuesta*). Zaragoza Grás (2017) agrega a esto que, en las teorías médicas griegas y romanas la única tarea de las mujeres era la de proporcionar hijos, argumento que sirvió para asegurar la dominación masculina.

embarazo, el parto y la lactancia eran considerados procesos normales, característicos del cuerpo femenino, por lo tanto Sorano se refirió a ellos al tratar con las *cosas de acuerdo con la naturaleza* (*kata physin*) en su obra (*Gyn. III, 1*). Respecto al cuerpo infantil, las menciones de los autores médicos resultan menos coherentes, incluyéndolos sólo esporádicamente en sus reflexiones, y considerando a la infancia principalmente como una etapa de transición.

A pesar de esto, los diferentes puntos de vista sobre la fisiología de mujeres y niños en el discurso médico necesitaban abordar e incorporar en cierta medida las nociones culturalmente operantes sobre ambos grupos, con el fin de que sus argumentos alcanzaran a una audiencia más amplia. En esta sección exploramos las ideas compartidas entre el pensamiento médico y no-médico romano acerca de las interrelaciones entre la alimentación y la nutrición con los cuerpos de las mujeres y niños. Nos enfocamos en tres cuestiones: en la menstruación como *alimento para el embrión*; en los vínculos nutricionales entre la madre y el feto durante el embarazo, y entre la nodriza y el bebé luego del parto; y, finalmente, en las sugerencias dietéticas para el período puberal.

La menstruación como alimento para el embrión

Como hemos visto en la sección anterior, para Galeno la sangre menstrual constituía un hecho fisiológico característico de los cuerpos femeninos, resultado de una economía nutricional peculiar. Estos elementos, aunque con variaciones, están presentes tanto en los tratados médicos como también en otro tipo de obras no especializadas en medicina.[117]

En su tratado sobre ginecología, el médico Sorano reconoció que el útero era el órgano definitorio del cuerpo femenino y resaltó su conexión con la menstruación, la gestación y el parto (*Gyn.* I, 6).[118] Respecto a la menstruación, Sorano sostuvo que:

> El flujo menstrual, dado que se produce mensualmente, es también llamado *katamenion*, y también epimenion porque *es el alimento del embrión*, así como llamamos epimenia al alimento preparado para los marineros. También es llamado

[117] Aunque reconocemos que gran parte de las ideas y nociones ofrecidas por los autores médicos romanos eran heredadas de la tradición hipocrática, nos centramos aquí en la construcción discursiva de las explicaciones y en las elaboraciones de los mismos en el contexto cultural romano.

[118] "El útero (metra) es también denominado *hystera* y *delphys*. Se denomina metra, porque es la madre de todos los embriones que de él nacen o porque hace madres de aquellos que lo poseen; o, de acuerdo a algunas personas, porque posee una medida de tiempo en relación a la menstruación y parto. Y es denominado hystera porque posteriormente entrega sus productos, o porque se localiza detrás de las entrañas, si no precisamente, al menos en términos generales. Y es denominado *delphys* porque es capaz de procrear hermanos y hermanas." (*Gyn.* I, 6)
El reconocimiento del útero como un órgano femenino es compartido entre los autores médicos y no médicos. De acuerdo a Celso el útero era el órgano más afectado del cuerpo junto con el estómago, y el que más influía en la salud. Plinio, por su parte, sostuvo que lo que era llamado '*uterus*' en las mujeres, era llamado '*volva*' en el resto de los animales, y que podía causar la muerte si se desplazaba e interfería con la respiración (*NH* 11, 209). Entre los problemas de salud asociados al útero a lo largo de los libros de Plinio encontramos varias afecciones: dolores, desplazamiento, prolapso, dolencias, asfixia (o ahogo), úlceras, irritación, induraciones, flujos del útero y, más genéricamente, se mencionan medicamentos para el útero sin mayor detalle. La necesidad de purgar el útero o de abrirlo —a veces para expulsar un feto muerto— se mencionan varias veces, para lo que Plinio proporciona distintos preparados y medicamentos.

> katharsis, dado que, como muchas personas dicen, al excretar sangre del cuerpo como materia excedente, se efectúa una purga del cuerpo [énfasis añadido] (*Gyn*. I, 19).

La noción de que la sangre menstrual servía de alimento para el embrión era mencionada explícitamente. En términos similares a Galeno, el médico reconoció que la sangre menstrual era el resultado del hecho de que los alimentos no eran totalmente consumidos por el cuerpo femenino. Sorano exploró también, a través de una exposición de las opiniones de autoridades previas a eĺ, si la menstruación cumplía o no un propósito útil, y se preguntó si la disminución de la ingesta de alimentos podría evitar la formación de este excedente.

> Hay quienes creen que es útil para una cosa y otros para otra (…) El primer grupo (...) [aquellos que creen que la menstruación es buena para la salud y para tener hijos] sostiene que la naturaleza provee a la humanidad. Ella [la naturaleza] reconoce que los hombres [varones] se deshacen del material excedente a través del atletismo, mientras que las mujeres [hembras] acumulan el mismo en una cantidad considerable a causa de su estilo de vida doméstico y sedentario, y es cuidadosa en que ellas, por su parte, no caigan en peligro, por lo que ha dispuesto extraer el excedente mediante la menstruación (…) la providencia de la naturaleza ha sido disputada, pero nuestro problema es (…)si la naturaleza en su providencia para con los hombres [anthropos] es capaz de medir sus apetitos *para que no coman muchos alimentos, o si ella puede impedir la formación del material excedente*. Pues si es propio de la naturaleza excretar providencialmente el exceso, estaría en poder de la misma naturaleza impedir la formación de material sobrante. Pero aún si ha creado providencialmente la menstruación, no lo ha hecho para preservar la salud sino para tener hijos. Por lo tanto ella [la naturaleza] *no otorgó la menstruación a aquellos que aún no son capaces de concebir, como los infantes*, ni a aquellos que ya no son capaces de concebir, como es el caso de las mujeres que han pasado su mejor momento, sino que extinguió esta actividad al terminar su utilidad [énfasis añadido] (*Gyn*., I, 27-28).

La noción de que, mientras que los hombres eliminaban el material excedente las mujeres lo acumulaban, es similar a la de Galeno. Sin embargo, mientras que este último explicaba las diferencias entre mujeres y hombres en términos de su calor interno, para Sorano, era una mezcla entre las diferentes ocupaciones de mujeres y hombres, así como de la providencia de la naturaleza, lo que explicaban por qué las mujeres no consumían completamente la materia. Esta gestión diferencial de la nutrición, sumado a la producción de un material sobrante que no era usado y se acumulaba, era una característica exclusiva de las mujeres capaces de concebir.

Desde estas perspectivas la producción de sangre menstrual estaba, en gran medida, relacionada con el alimento consumido y la expulsión cíclica de este material excedente, afectaba a la digestión.

Sorano mencionó que la cantidad promedio de sangre y la duración de la menstruación eran diferentes para cada mujer, y que la edad y otras circunstancias —entre ellas haber comido alimentos pungentes y atenuantes o la composición corporal general— influían en esta variación (*Gyn.,* I, 20-22). Más aún, los síntomas de que la menstruación se encontraba próxima se podían deducir del malestar digestivo: “pesadez en las entrañas, a veces dolor también, lentitud, bostezos continuos, y tensión en los miembros…; y en algunos casos la aproximación de la menstruación debe ser inferida del hecho de que el estómago es propenso a las náuseas y carece de apetito” (*Gyn.,* I, 24). También manifestó que, con la primera aparición de la sangre menstrual, la sensación de cansancio podía ser atenuada con el uso de “alimentos con jugos sanos y adecuados” (*Gyn.* I, 26).

Puesto que el objetivo de la sangre menstrual era servir de alimento al embrión, si no había semen masculino que pudiera ser nutrido dentro del útero, el material excedente necesitaba ser excretado. Sorano explicó por qué el útero necesitaba deshacerse de la sangre acumulada allí mediante un paralelo con el procesamiento del alimento en el estómago que recuerda a la referencia de Galeno respecto de la acción de las facultades naturales:

> Al igual que el estómago cuando está sobrecargado con algún tipo de material e impulsado por la náusea se dispone a vomitar aquello que lo oprime y es reacio a recibir alimento, de acuerdo al mismo principio, el útero, estando congestionado en el tiempo de la menstruación, está bien adaptado para la evacuación de la sangre que ha fluido en él, pero no es apto para la recepción y retención de la semilla. (*Gyn.,* I, 36).

Dado que el útero era considerado el órgano que intervenía en la menstruación, y la sangre menstrual era entendida como alimento para el embrión, se creía que la menarquía (la aparición de la primera menstruación) era un signo de la maduración de la matriz, y por lo tanto una evidencia externa de la capacidad de concebir. Así, la producción de este material sobrante en forma de sangre era visto como una condición esencial para la concepción. Otros elementos son incluídos por Sorano, siguiendo a Diocles, para determinar quiénes eran capaces de concebir: la edad —dentro de la franja etaria comprendida entre los 15 y los 40 años de edad, correspondiendo con la presencia de la menstruación—, la constitución corporal, la habilidad de digerir alimento —dado que la indigestión crónica es un obstáculo para el feto—, la mente y la disposición —firme y alegre—. Por el contrario, remarcó que las mujeres malnutridas (aquellas muy flacas o gordas) o aquellas demasiado viejas o jóvenes solían ser estériles.

La desaparición temporal de la *menses* podía indicar que la sangre menstrual estaba cumpliendo su propósito de alimentar al embrión, y podía inferirse de ello un embarazo. No obstante, la ausencia o las irregularidades en la menstruación en mujeres no embarazadas se consideraban potencialmente peligrosas para la salud. De acuerdo con Celso, la supresión de la menstruación era indicativa de una obstrucción de la sangre, acompañada de otros síntomas tales como dolor de cabeza, de pechos o de la escápula (*Med*., II, 7/8). También la excreción de sangre de otras partes del cuerpo (nariz, vómitos,

tos), e incluso leche de los pechos en mujeres no embarazadas se reconocían como signos que acompañaban la ausencia de la menstruación (*Med*. II, 8; IV, 4).

Si bien tanto los autores médicos como los no médicos expresaron ciertas inquietudes respecto al tratamiento de prácticas contraceptivas y abortivas, no obstante, ofrecieron definiciones y detalles respecto de las diferencias entre ellas, como así también recetas.[119] Plinio afirmó que el aborto era un invento de las mujeres (*NH* 10, 171), y que él mencionaría en su trabajo sustancias abortivas, pero solo para advertir sobre su uso (*NH* 25, 25).[120] Entre los remedios provistos por los diferentes autores para tratar afecciones femeninas se mencionan varios emenagogos. Éstos servían para provocar la menstruación, de acuerdo con la idea de que la ausencia de la purga menstrual podría ser indicativa de un problema subyacente de salud. Es interesante notar que, si la ausencia de la *menses* se debía a un embarazo, los efectos de los remedios podían destruir el embrión y provocar un aborto. En este sentido, más allá de la necesidad de regularizar el ciclo menstrual por parte de las mujeres, el uso de emenagogos también podía enmascarar prácticas abortivas regulares.

Para un autor lego como Plinio, cuyo interés primordial era explicar la Naturaleza más que construir un discurso acerca de la medicina, la menstruación era considerada como la marca clave de la hembra humana (*NH* 7, 63); un evento cíclico que variaba en intensidad cada tres meses y representaba el signo externo de un cuerpo capaz de concebir. El autor estableció que el período fértil de la mujer generalmente solía detenerse a los cincuenta años, aunque para la mayoría de la población la menstruación cesaba a los cuarenta (*NH* 7, 61). Esta observación resulta interesante, ya que existe una diferencia de diez años entre la supuesta desaparición de la menstruación, según los conocimientos heredados por Plinio, y la pérdida definitiva de la capacidad reproductiva observada por él mismo, lo que coincide con las ideas actuales que entienden a la menopausia como un período, más que un acontecimiento específico (ver Capítulo 2). Como se ha comentado, en el caso de Plinio también la sangre menstrual constituía el material para la generación humana y se creía que la acción la realizaba el semen masculino, que recogía la sustancia de la sangre menstrual para crecer (*NH* 7, 64). Al mismo tiempo, este fluido corporal era considerado peligroso y una cantidad de cualidades supernaturales se le atribuían a sus poderes (*vires*). Entre estas cualidades se menciona la influencia

[119] Sorano estableció una diferencia entre los anticonceptivos (*atokion*) y los abortivos (*phtorion*). Sostuvo que, mientras que los primeros no permitían que la concepción ocurra, los segundos destruían lo que ya había sido concebido (*Gyn.* I, 60). Luego elaboró sobre el tema de si los anticonceptivos y los abortivos deberían ser utilizados e incluyó la opinión de autoridades médicas en el debate. Él afirmaba que deberían usarse, pero sólo para prevenir un peligro posterior en el parto. Entre los métodos anticonceptivos sugeridos se incluyen contener la respiración y retirarse de las relaciones sexuales, levantándose inmediatamente para ponerse en cuclillas, estornudar y limpiar la vagina. A estas medidas, les añadió otras como impregnar el orificio del útero con diferentes aceites naturales, e incluso proveyó elaboradas recetas para la preparación de contraceptivos. Sin embargo, luego de usar estos remedios, Sorano recomendaba tomar un trago de miel, evadiendo las sustancias pungentes, dado que las úlceras podían surgir del uso de tales medicinas, y aconsejaba tomar estas preparaciones luego del fin de la menstruación (*Gyn*. I, 62).

[120] Existen múltiples referencias a abortivos, contraceptivos y emenagogos en la *NH* algunos de los cuales coinciden con las recetas provistas por Sorano (estornudar luego de copular *NH* 7, 41; el uso de aromas fuertes *NH* 7, 43; el vino *NH* 14, 118; el elaterium *NH* 20, 9; la ruda *NH* 20, 139; la malva *NH* 20, 226/227; *NH* 24, 18; etc.).

en los cultivos, los frutos, todo tipo de materiales, plantas y animales (*NH* 7, 64; 19, 176-7).[121] Numerosas preparaciones basadas en plantas y animales fueron provistas en la obra de Plinio para regularizar la menstruación —ya sea provocando o controlando su exceso— (ver Capítulo 7).

La desaparición de la menstruación en la vejez era interpretada por Sorano como un fenómeno fisiológico normal —y no como una enfermedad— (*Gyn.,* III, 9; III, 6). El autor explicó que el útero cesaba de cumplir su función, que era producir comida para el embrión, deteniéndose así la producción de sangre menstrual (*Gyn.,* I, 23). Este acontecimiento provocaba cambios en el cuerpo femenino. El prolapso del útero, aunque era una condición que podía aparecer como resultado de partos múltiples o difíciles, fue presentada por el médico como una condición típica de la vejez (*Gyn.,* IV, 38). Junto con la desaparición de la menstruación, se creía que los pechos se marchitaban y arrugaban en los cuerpos viejos, marcando así su incapacidad de producir leche buena (*Gyn.* II, 19). Celso mencionó, además, que los cuerpos viejos no podían aguantar el hambre fácilmente (*Med*. I, 3), y que los dolores de articulaciones afectaban a aquellas personas en las cuales se había suprimido la menstruación (*Med*. IV, 24).

La idea de que la sangre menstrual poseía una cualidad nutritiva suscitó la cuestión de si las mujeres podían concebir por sí mismas, independientemente de la contribución masculina, como se ha mencionado previamente. Esto está presente en autores médicos tales como Galeno y Sorano, pero también lo plantea Plinio en su obra. En todos los casos se señala que lo que se forma en el útero femenino, sin la contribución del semen masculino, es una *mola* —y no un embrión. Sorano lo describió como un endurecimiento del útero, precedido por inflamación, como una úlcera que había desarrollado un exceso de carne, o como un tipo de tumor. La formación de *molas* estaba acompañada por los mismos síntomas que indican un embarazo: desaparición de la menstruación, hinchazón de los senos y el estómago, malestar digestivo e insomnio. Su tratamiento incluía el uso de ventosas, sanguijuelas, supositorios, el consumo de alimentos que contuvieran buenos jugos y una plétora de alimentos y medicamentos. Si la afección no se detenía, se sugería la purga a través del vómito, con la ayuda de una dieta pungente de rábanos y eléboros (*Gyn.* III, 38). Plinio explicó la ocurrencia de estas *molas* en términos ligeramente diferentes. Él sostuvo que solamente se formaban en las hembras de los humanos y que consistían en una:

> Masa de carne amorfa e inanimada que resiste la punta y el filo de un cuchillo; se mueve y controla la menstruación, como también controla los nacimientos: en algunos casos causa la muerte, en otros envejece con la paciente, a veces se eyecta cuando el vientre se mueve violentamente (NH 7, 63).

Y agregó que se producían: “cuando una mujer ha concebido no de un hombre sino de sí misma sola, y no son producidas por dos progenitores, y poseen la vitalidad auto-nutritiva (*altricem*) que pertenece

[121] Plinio decía que la sangre menstrual era “magis monstrificum' (*NH* 7, 64).

a las plantas y árboles.*"* (*NH* 10, 184).[122] El autor ofreció, consecuentemente, remedios naturales para romper estas molas (*NH* 30, 131). Aunque la contribución de lo masculino y lo femenino en la generación humana ha sido un tema debatido en el discurso médico de la antigüedad clásica, vemos que en el relato de Plinio esto se resolvía discursivamente mediante la determinación del semen masculino como agente y la sangre menstrual como material pasivo subyacente (véase el apartado anterior). No obstante esto, la posibilidad imaginada de que esta cualidad nutritiva de la sangre menstrual pudiera sustentar una forma de generación de vida sin el semen masculino parece obligar a todos los autores a definir, argumentativamente, su propio punto de vista.

Los autores médicos y no médicos coinciden en entender a la menstruación como el resultado de una peculiar economía nutricional femenina, aunque existen discrepancias entre los autores respecto de sus causas. Se creía que los alimentos digeridos y convertidos en sangre eran consumidos, aunque no en su totalidad, por el cuerpo femenino, acumulando el residuo de este proceso en el útero. La menstruación se identifica en estrecha conexión con la capacidad de concebir, dado que es pensada como el material básico para la generación humana. Si la concepción no ocurría, ese material debía ser purgado ya que, de lo contrario, la salud de la mujer podría estar en peligro. Coincidiendo con la purga menstrual, los médicos señalan desórdenes digestivos y falta de apetito. Tanto en las fuentes médicas como no médicas los autores sugieren alimentos y medicamentos para tratar y/o acompañar las menstruaciones normales y anormales (ver Capítulo 7). Como remarcaba Sorano, aunque la menstruación no contribuía a la salud, se creía que estaba *de acuerdo con la naturaleza*, puesto que servía para procrear (*Gyn.* I, 29).

Conexiones nutricionales

Como fue sugerido anteriormente, el pensamiento médico y no médico romano coincidía en que la sangre menstrual servía como alimento para el embrión. De esta manera, el cuerpo materno nutría al feto a lo largo de la gestación. Por lo tanto, se creía que las biologías materna y fetal estaban conectadas. Las sugerencias dietéticas, en este contexto, se orientaban a asegurar la nutrición de la mujer, protegiendo, a su vez, la salud del feto. Una correlación entre el útero, la menstruación y los pechos era observada: la sangre menstrual que servía de nutrición al feto era transformada en leche después del nacimiento, como alimento para el bebé (*Gyn.* I, 15). De este modo, la conexión nutricional entre el cuerpo materno y el bebé continuaba aún después del parto. El período de destete suponía la introducción al bebé a las de comidas sólidas y marcaba el fin del vínculo nutricional.

La ausencia de menstruación podría indicar que la sangre menstrual estaba siendo usada como alimento para el embrión. Plinio especificó cuáles eran las señales externas de la concepción e incluyó entre ellas: "dolores en la cabeza, mareos y visión disminuida, aversión a la comida, y

[122] La idea de que a la vitalidad auto-nutritiva era una característica de las plantas y de que estas *molas* aparecían cuando la mujer "concibe de ella misma", como también la creencia de que en el proceso de gestación de en esas formaciones faltaba la vitalidad característica del semen masculino ha sido también sugerida por Galeno en su tratado *Sobre las Facultades Naturales* (*UP* I, 1).

vómitos" (*NH* 7, 41). Sorano, por su parte, estableció que existían tres etapas en el embarazo: la preservación de la semilla implantada; el alivio de los síntomas subsecuentes (incluyendo el tratamiento de la pica), y el período próximo al parto (*Gyn.,* I, 46). Desde el primer día después de la concepción, la alimentación se tornaba clave para ayudar tanto a que el cuerpo de la mujer se mantuviera fuerte mientras la gestación estaba en desarrollo, como para prevenir que el cuerpo se alterara. Una vez más, el funcionamiento del útero se analiza en paralelo con el del estómago:

> Se debe mantener a la mujer que ha concebido tranquila en cama por uno o dos días en los que se deben usar ungüentos de forma sencilla para fortalecer su apetito así como para ayudar a la asimilación del alimento que se le ofrece (…) uno debería ungirla con aceite de oliva recién exprimido fresco de olivas inmaduras y debería darle menos alimento y sí del tipo de los cereales (…) [Luego, a partir del segundo día] (...) ella debería incorporar alimentos de carácter neutro como pescados no grasos, carnes no muy grasosas, y vegetales que no sean pungentes. Pero debería evitar alimentos pungentes como ajo, cebollas, puerros, carnes de pescado en conserva, y alimentos muy húmedos; pues éstos últimos son propensos a desintegrarse, mientras que las sustancias pungentes causan flatulencias y además son disolventes y atenuantes, y por lo tanto las aprobamos en pacientes crónicos para remover callosidades por ejemplo (…) Y ella debería también tener cuidado con las relaciones sexuales (…) Porque así como el estómago permanece tranquilo cuando retiene la comida, pero cuando se agita usualmente eyecta a través del vómito lo que ha recibido, así también el útero cuando no se agita retiene la semilla; cuando se agita, sin embargo, la expulsa. (*Gyn*., I, 46).

Una vez que el útero retenía exitosamente la semilla, la segunda fase traía otro problema, también cercanamente conectado con la comida y la digestión. De acuerdo a Sorano, la pica (*kissa*) —un trastorno por el cual se desea comer sustancias que no son alimentos — aparecía alrededor del día cuarenta luego de la concepción, y afectaba el apetito y la digestión de la mujer embarazada:

> Y quienes padecen esta condición se ven afectados con lo siguiente: estómago revuelto, de hecho lleno de líquido; náuseas y falta de apetito a veces por todos, a veces por ciertos alimentos; apetito por cosas no habituales como tierra, carbón, zarcillos de vid, fruta inmadura y ácida; flujo excesivo de saliva, malestar, eructación ácida, lentitud de digestión y rápida descomposición de los alimentos. (*Gyn*., I, 48).

Esta condición debía tratarse con cuidado dado que la mujer podía dañar el feto al comer alimentos peligrosos (*Gyn.,* I, 53).[123] El ayuno era la primera medida sugerida por Sorano para aliviar los

[123] La intervención médica directa era considerada necesaria en el tratamiento de la pica, dado que el comportamiento de la mujer se creía potencialmente dañino para el feto y para ella misma: "Uno debe oponerse a los deseos de la mujer embarazada de elementos peligrosos argumentando que el daño de las cosas que

síntomas (*Gyn.* I, 49). Luego, al día siguiente, se recomendaba una mezcla de ungüentos y alimentos livianos (como un huevo pasado por agua o gachas y algún ave baja en grasa) (*Gyn.* I, 49). Pero si el estómago se alteraba por los vómitos o la indigestión, se indicaba otro tratamiento, donde los alimentos desempeñaban un papel aunque no para ser consumidos como comida, sino en forma de embrocaciones y emplastos. Existían diferentes tratamientos destinados a aliviar síntomas de intensidad variable (*Gyn.* I, 50).

La formación de un nuevo ser dentro del útero parecía interferir con la nutrición normal de la mujer. Entonces, era necesario efectuar adaptaciones para alinear la transformación de alimento en sangre a través de la digestión, con su posterior uso como alimento para el embrión para asegurar la nutrición de la mujer embarazada y del feto. Sorano sostuvo que durante el embarazo "el alimento suficiente para un organismo debe ser dividido para el nutrimento y el crecimiento de dos organismos…puesto que lo que es dedicado al feto, es necesariamente quitado de la grávida*"* (*Gyn.,* I, 42). Sin embargo, observaba el médico, la mujer no podía ingerir más alimentos en proporción al incremento de las necesidades puesto que era su cuerpo el que digería todos los alimentos (*Gyn*. I, 49). La idea de que una mujer embarazada mantenía dos cuerpos a la vez también está presente en el tratado de Celso (*Med.* II, 10). El vínculo nutricional entre madre y feto es claro: el cuerpo materno transformaba los alimentos ingeridos en nutrición para sus propios procesos internos y para sostener el crecimiento y desarrollo del feto.

Sorano ofreció prescripciones dietéticas generales para acompañar el embarazo, junto a otras sugerencias tales como tomar baños y hacer ejercicio. Los alimentos recomendados para una mujer embarazada debían ser fácilmente digeribles, pero nutritivos.[124] En la fase final del embarazo se sugería que la mujer comiera abundante alimento, provisto que lo pudiera manejar —es decir, que pudiera digerirlo correctamente. Esto aseguraría la resistencia corporal para enfrentar el parto y, a la

---

satisfacen sus deseos de un modo irracional lastima tanto al feto como al estómago; porque el feto obtiene alimento que no es ni limpio ni apto, sino solo el alimento que puede proveer un cuerpo en mala condición*."* (*Gyn*. I, 53)

[124] Estos alimentos incluían: "huevos pasados por agua, granos de espelta preparados con agua fría, o con vinagre diluido, o junto con semillas de granada, o gachas muy secas de granos de cebada o mejor aún, de arroz. Y de las aves las que no son muy grasosas y tienen la carne relativamente seca (como el francolín, la tórtola, la perdiz, el pato silvestre, el tordo, el mirlo, la paloma y las aves domésticas) y de éstas especialmente la pechuga. De los animales salvajes, la carne de la liebre o del antílope, y de los otros, los cabritos, y el hocico, las patas, las orejas, el estómago y el útero de los cerdos tiernos. Y de los animales marinos, igualmente los de carne firme (por ejemplo, salmonetes, cangrejos de río, camarones, conchas de trompeta, ciertas variedades de ostras y mejillones, y pez púrpura). De las verduras: endivias crudas y cocidas, chirivías, verdolagas, plátanos, espárragos salvajes. De las de almacén: aceitunas encurtidas en salmuera, manzanas, membrillos, y éstos preferiblemente cocidos. Porque crudos son difíciles de digerir, hervidos en agua pierden gran parte de su efecto estíptico, pero bien triturados y suficientemente horneados, además de mantener su calidad ganan también digestibilidad. Si, por el contrario, se desea hervirlas, deben cocerse apoyadas sobre varillas o suspendidas por algo, de modo que no toquen el agua sino que se hiervan por el vapor ascendente. También hay que dar las peras o nísperos o sorbos o un racimo de uvas conservado en una vasija de barro o colgado (pues las uvas frescas provocan flatulencias), y almendras. Pero hay que tener cuidado de que ninguno de los alimentos ofrecidos se aderece con una salsa rica; pues un aderezo complicado y elaborado provoca una digestión lenta y la descomposición de los alimentos." *(Gyn. I, 48).* Algunos de los alimentos mencionados por Sorano también son indicados como adecuados para mujeres embarazadas en el trabajo de Plinio: por ejemplo la granada. (*NH* 23, 107)

misma vez, proveería al embrión de: “alimento nutritivo, saludable y suficiente.” (*Gyn.* I, 55). Hacia el octavo mes, sin embargo, el malestar aparecía nuevamente. En esta ocasión se recomendaba que la mujer restringiera la cantidad de alimentos, e incluso ayunara si existía un gran malestar, dado que, si no podía digerir apropiadamente, ni ella ni el bebé podrían nutrirse (*Gyn.* I, 56).

Sorano ofreció una explicación respecto de qué era lo que crecía dentro del útero de una mujer embarazada, apuntando a dos elementos. En primer lugar, afirmó, existía una membrana violácea, llamada *chorion*, desarrollada de la semilla, que crecía dentro del útero. Esta membrana contenía al embrión junto a otras cosas. El segundo elemento era el *omphalos*, un cuerpo delgado que se implantaba al nivel del ombligo, y contenía dos venas y dos arterias a través de las cuales una sustancia sanguínea y una sustancia neumática eran transportadas al embrión para su nutrición (*Gyn.* I, 57). Aunque el médico reconoció que existían discrepancias entre las autoridades respecto a los productos de la generación, sugiriendo un tercer componente —la membrana amniótica—, la idea general era que además del embrión existían otros elementos formados a partir de la semilla en el útero, que permitían la nutrición del feto a partir del material materno.

Plinio no se refirió al curso del embarazo en detalle pero mencionó que, luego de la concepción, los síntomas externos diferían si se ha concebido un niño o una niña, y que los alimentos consumidos por la madre podían afectar al feto: “las mujeres que consumen alimentos muy salados dan a luz hijos sin uñas*”* (*NH* 7, 41). El autor comentó también que ciertas comidas, ingeridas por una mujer embarazada, podían afectar el sexo del niño (*NH* 28, 254). Sin embargo, también proveyó información respecto a los alimentos que debían evitarse durante el embarazo a causa de sus poderes (*vires*) teratogénicos, mientras que recomendaba otros alimentos beneficiosos (*NH* 23, 107).

De cara al parto, según Sorano, la partera y, si están disponibles, otras mujeres, asistían a la madre en el momento de alumbramiento (*Gyn.* II, 70). El nacimiento del bebé era solamente la primera parte. Luego de que el bebé salía, el material que había sido creado en el útero y que había servido para el nutrimento del feto, necesitaba también expulsarse fuera del cuerpo materno, de lo contrario podía desarrollarse una infección (endometritis postparto). La retención de las *secundinas* (placenta y membranas) era una de las condiciones médicas tratadas mediante la farmacología y, si era necesario, la cirugía por Sorano (*Gyn*. IV 16). Ante la presencia de dolores violentos y fiebre luego del nacimiento Celso recomendaba un régimen de alimentos y bebidas (*Med*. II, 7; III, 6). Plinio, por su parte, ofreció diversos medicamentos para ayudar en los partos difíciles, promoviendo la expulsión de la placenta y atenuando otros dolores asociados. El autor incluyó información acerca de amuletos utilizados para facilitar el parto (*NH* 28, 42; 28, 113).

De acuerdo a Sorano, el feto cooperaba activamente en el parto (*Gyn.* IV, 3). Una vez que salía del útero el bebé era recibido e inspeccionado por la partera, quien decidía si valía la pena criarlo,

cortaba el cordón umbilical,[125] lo limpiaba, lo rociaba con sal y miel, y luego lo envolvía. Sorano sostenía que luego de acostar el recién nacido, no debía darse alimento por los próximos dos días dado que su cuerpo se encontraba agitado todavía y que aún había alimento maternal (sangre menstrual) en su organismo que necesitaba ser digerido primero. Luego, debía ofrecerse alimento para chupar, como miel moderadamente hervida, de modo de fomentar el apetito (*Gyn.* II, 17). Luego de eso, el bebe debía alimentarse de leche materna (ya sea de la madre del bebé o de una nodriza).

La lactancia servía no sólo para la nutrición del bebe, sino que se entendía que la succión de los pechos estimulaba aún más la producción de leche del cuerpo materno (*Gyn.* II, 46). De este modo, la estrecha conexión nutricional entre la mujer y el feto durante el embarazo, continuaba después del nacimiento a través de la lactancia. Sin embargo, Sorano observó diferencias entre la conexión nutricional durante el embarazo y luego del nacimiento. Sostenía que el bebé, dentro del útero antes del parto, no estaba directamente afectado por los alimentos consumidos por la madre porque:

> "siendo controlado en ese tiempo por las facultades de la madre, como si formara parte de ella, no cae enfermo, mientras que luego del parto, subsistiendo por su cuenta y teniendo todavía funciones débiles, es fácilmente afectado por las cualidades muy potentes [del vino]." (*Gyn.,* II, 27).

Sorano creía que si el parto había sido difícil y el estado corporal de la mujer luego del alumbramiento se encontraba agitado o en sufrimiento, era una indicio de que la leche producida no era la mejor para el infante. En ese caso, Sorano aconsejaba obtener leche de una mujer "apta para servir como nodriza:

> Desde el segundo día (…) uno debería alimentar con leche de alguien apto para servir como nodriza, dado que por veinte días la leche materna es en la mayoría de los casos insalubre, siendo demasiado espesa, caseosa, y por lo tanto difícil de digerir, cruda, y no preparada a la perfección. Más aún, es producida por cuerpos que están en mal estado, agitados y transformados al punto de que el cuerpo se ve alterado luego del parto cuando, al haber sufrido una gran descarga de sangre, se encuentra seco, sin tono, descolorido, y en la mayoría de los casos febril. Por todas estas razones, es absurdo prescribir la leche materna hasta que el cuerpo se encuentre en su estado de salud. (*Gyn.* II, 17).

[125] Este procedimiento es llamado 'omphalatomía' (el corte del cordón umbilical). Sorano sostenía que, de todos los materiales, el hierro era el mejor, pero que: "La mayoría de las mujeres que practican la obstetricia aprueban la sección por medio de un vidrio, una caña, un pedazo de cerámica o la corteza fina de un pan; o separándolo a la fuerza con una cuerda, ya que durante el período más temprano, cortar con hierro se considera de mal agüero" (Gyn. II, 11). Aunque el autor juzgó estas prácticas como "ridículas", ya que se basaban en la superstición, es interesante que reconociera que las prácticas de las comadronas diferían mucho de lo que los autores médicos consideraban "seguro". La referencia al uso de una corteza de pan para cortar el cordón es de lo más interesante.

La recuperación de la salud de la mujer —si se veía alterada a causa del parto— era considerada como prioridad, dado que el niño podía ser amamantado por otra mujer. Este pasaje acerca del uso de nodrizas y la recomendación de evitar alimentar al bebé con la primera leche ha recibido mucha atención por parte de diversos autores quienes resaltaron los posibles efectos de tales prácticas sobre el organismo y la nutrición del niño (Harlow and Laurence, 2002, p. 41; Parkin, 2013, p. 54; Bagley, 2017, p. 111). Aunque Sorano ofrece argumentos convincentes para sostener sus recomendaciones, en términos de la consistencia de la leche y del frágil estado del cuerpo tanto de la mujer parturienta como del bebé luego del parto, en la actualidad sabemos que la primera leche luego del alumbramiento —llamada *calostro*— es un fluido repleto de nutrientes que contiene anticuerpos para proteger al recién nacido contra enfermedades e infecciones y ayuda a construir su sistema inmune. Por ello, la indicación del uso de una fuente alternativa de nutrición y la retención del calostro ha sido vista como una práctica detrimental para el bienestar del bebé. Sin embargo, desde la perspectiva del médico, aunque considera que es mejor la leche materna, preservar la salud tanto de la madre como del bebé era la preocupación primordial (*Gyn.* II, 18).

De acuerdo con su sugerencia de que la primera leche de una mujer tras un parto difícil no era adecuada para el infante, Sorano sostenía que la leche provista debía ser la de una mujer que hubiera estado amamantado por dos o tres meses. En este escenario ideal ofrecido por Sorano, donde una nodriza apta se encontraba disponible para alimentar al infante mientras la madre recuperaba su salud, se aconsejaba utilizar no sólo una, sino múltiples nodrizas, asegurando que esta era la mejor opción para nutrir al bebé con seguridad y éxito:

> Dado que es precario para el lactante acostumbrarse a una nodriza que puede enfermarse o morir, y luego, a causa del cambio de leche, el niño puede sufrir por la leche extraña y angustiarse, mientras que a veces acaba rechazándola por completo y sucumbe a la hambruna (*Gyn.* II, 20).

Sorano consideraba que tanto el alimento consumido como también el estado nutricional y de salud de la persona que actuaba como nodriza tenían un gran impacto en la calidad de la leche que serviría para nutrir al bebe. Por ello, sugería un esquema preciso para asegurar una dieta adecuada. El médico prestó particular atención a los modos en que el alimento consumido por la mujer podía afectar la leche e incluso proveyó indicaciones para evaluar su calidad y, en caso de ser necesario, realizar ajustes a la dieta (*Gyn.* II, 23)[126]:

> Durante los primeros siete días, y como máximo diez, ella debería tomar alimentos simples y de fácil digestión como sopa, gachas <no> muy grasosas, huevos, pan, y

[126] Sorano proveyó algunas indicaciones para evaluar la calidad de la leche materna: si era blanquecina y gruesa significaba que era de difícil digestión, mientras que si presentaba un color amarillo-rojo significaba que estaba cruda y no llevada a la perfección dado que mostraba un color sanguíneo. Al mismo tiempo, la leche acuosa se consideraba no nutritiva y perturbadora para la panza. La leche debía también saber dulce, y debía ser almacenada sin que se volviera agria (*Gyn.* II, 22).

> agua como bebida. Si es posible uno debería dar esto incluso antes del primer día, ya que hace que la leche sea más fina y más digerible (….) Pero luego de la primera semana, hasta el fin de la segunda o tercera semana, uno también debería dar un poco de pescado tierno con el alimento antes mencionado, o la carne de un cochinillo, o seso, de modo que la leche se vuelva más nutritiva. Pero luego de la segunda o tercera semana, cuando el niño se ha vuelto firme de cuerpo y capaz de recibir sustancias más nutritivas, la nodriza también debería recibir aves de porte mediano, más tarde aves incluso más grandes, haciéndolo en proporción a la fuerza y crecimiento del recién nacido; luego ella también debería añadir carnes de liebres o antílopes o cabritos, y luego cerdo también; dado que la leche de sustancias más nutritivas es más nutritiva. Posteriormente, ella debería tomar alimentos variados, para que el recién nacido también se acostumbre a sus diversas propiedades. *Dado que las cualidades del alimento ingerido se transmiten también a la leche*, y por lo tanto la leche de las cabras es de gusto desagradable y un poco astringente porque las cabras se deleitan con pasto de este carácter; mientras que la leche de oveja es de gusto agradable y dulce porque el alimento de las ovejas es de ese mismo tipo. Y debería tomar agua como bebida durante al menos cuarenta días, y desde ese momento una cierta cantidad de vino de miel cada dos o tres días. Pero cuando el recién nacido se haya vuelto fuerte y firme de cuerpo y tenga buen color junto con un gran estado de nutrición, ella debería tomar un poco de vino blanco, claro, sin mezclar con agua de mar, moderadamente ácido, y de edad media. Al principio, sin embargo, debe tomar una vez cada algunos días, luego cada tres, luego cada dos días; después de esto diariamente no sólo una vez, sino incluso dos veces, y luego tanto como sea necesario para saciar su sed. Pues entonces el recién nacido será alimentado sin daño por leche afectada por el vino, mientras que en un período más temprano no está adaptado por la naturaleza para soportar tanta potencia sin daño. [énfasis añadido]. (*Gyn.* II, 26)

El uso de otras fuentes de leche materna además de aquella que proveía la propia madre del bebé generaba como consecuencia distintos tipos de vínculos sociales y afectivos entre el niño y sus nodrizas.[127] A través de la lactancia, se entendía que la leche producida en el cuerpo de la mujer (ya fuera la madre o la nodriza) interactuaba con el cuerpo del lactante. De este modo, los alimentos ingeridos por ella tenían efectos sobre el bebé, para bien o para mal. Para bien, porque la dieta de la nodriza podía contribuir a aliviar las enfermedades del bebé, y su leche también podía actuar como vehículo para administrar medicamentos (*Gyn.*, II, 14). La intervención médica sobre la salud del niño a través del cuerpo y de la leche de la nodriza era reconocida directamente por Sorano: “Por regla

[127] El concepto de “allomothering” (allomaternidad) ofrecido por Centlivres Challet (2017, p. 901) permite entender al cuidado infantil no necesariamente atado a relaciones sanguíneas y familiares. Dasen (2012) ha explorado los lazos afectivos y sociales generados por el uso de fuentes de leche materna alternativas a la de la propia madre del bebé. Nodrizas y nodrizas secas establecían relaciones cercanas con los lactantes. Más aún, todos los niños alimentados por la misma nodriza eran considerados ‘hermanos y hermanas de leche’.

general, mientras que el infante es amamantado, ponemos a la nodriza a un régimen apropiado a la enfermedad del niño*"* (*Gyn.,* II, 57). Para tratar sarpullidos y flujos intestinales, varios ítems se sugerían como medicina, pero el médico añadió que la nodriza debería seguir una dieta "correspondiente a la aflicción del infante" (*Gyn.,* II, 53-56). Plinio calificó a la leche materna como el más nutritivo y el "más dulce y delicado" ("dulcissimum esse mollissimumque") de todos los remedios, útil para una variedad de condiciones de salud, y el más beneficioso para los humanos. Sostuvo que la leche de una mujer que había dado a luz a un niño varón, si se había abstenido del vino, era una medicina eficaz (*NH* 28, 72). En la *NH* la leche materna aparece frecuentemente como vehículo para administrar medicinas, no exclusivamente en bebés (la expresión utilizada por el autor es "cum lacte mulieris". Ver también 7.3).

No obstante, la conexión nutricional a través de la leche también podía resultar potencialmente peligrosa. Galeno mencionó (*Alim. Fac*. K 685/686) que la leche era el más sano de los alimentos, aunque advirtió que las leches insalubres, producidas por cuerpos "corruptos" podían ser perjudiciales. A continuación, relató la historia de un bebé cuya nodriza había fallecido y sus subsecuentes nodrizas presentaban úlceras en sus cuerpos como consecuencia de un cambio dramático en su dieta —ya que había estado consumiendo hierbas silvestres en un contexto de escasez de alimentos. Como el bebé había sido alimentado con leche proveniente de cuerpos enfermos, también se vió afectado por las úlceras. De modo similar, Sorano enfatizó que la nodriza debía "auto-controlarse", dado que existía una relación simpatética entre ella y el bebé (*Gyn.* II, 19). Se creía, que además las enfermedades, el mal comportamiento y la corrupción moral se transmitían a través de la leche junto con el nutrimento.[128]

Esta peculiar conexión nutricional entre la madre o nodriza y el bebé lactante llegaba a su fin durante el período de destete. Aunque los académicos modernos han resaltado el destete como una época particularmente peligrosa para el infante, ya que cesa de estar protegido inmunológicamente por la leche materna y queda expuesto a posibles agentes patógenos en el agua y en los alimentos, los autores médicos romanos no han enfatizado sobre la peligrosidad de este proceso, sino en la influencia de las estaciones del año en la salud del bebé durante el período de destete.[129] Sin

[128] Sorano explicó en detalle las características de una nodriza ideal, donde señaló características físicas y morales. Creía que variables tales como el modo de vida y las actividades de la nodriza afectaban también a la calidad de la leche: "En consecuencia, es apropiado evitar la ociosidad y la inercia física (porque esto hace que la leche sea espesa y difícil de digerir); más bien la nodriza debe incluso hacer ejercicio, no del tipo pesado y atlético *(porque esto es demasiado duro para las mujeres y, dado que su alimento se desvía hacia la buena nutrición de su cuerpo, la leche disminuye constantemente)* sino de un tipo moderado y ligero. Por lo tanto, cuando se despierta de su sueño, no debe levantarse de la cama inmediatamente, no antes de que haya sentido que la comida está siendo digerida (...) También debe trabajar su cuerpo duramente con los ejercicios que son propensos a sacudir todas las partes, pero en particular los de las manos y los hombros, *de modo que la nutrición pueda ser llevada más a estas partes (*...) Porque las partes superiores del cuerpo se ejercitan más, y los pechos que cuelgan hacia abajo durante algún tiempo tampoco permanecen ociosos y producen leche más nutritiva y más abundante cuando el nutrimento es llevado a ellos abundantemente." [énfasis añadido] (*Gyn.* II, 24)

[129] Sorano afirmó que la mejor estación para el destete era la primavera, mientras que el otoño era malo, dada la irregularidad del clima y la consecuente disposición a la enfermedad por parte de los bebés. Otros autores médicos, en cambio, ofrecieron ideas acerca de períodos peligrosos en la vida de los niños siguiendo una

embargo, aunque Sorano reconocía que la leche era el alimento apropiado para el bebé hasta alrededor del sexto mes de vida, también señaló que existían mujeres que se apresuraban demasiado en dar cereales a los bebés antes de que sus cuerpos estuvieran "sólidos" (*Gyn.* II, 46). Más adelante, la aparición de los dientes aseguraba la trituración de alimentos sólidos, y por lo tanto las recomendaciones médicas reconocían la posibilidad de incorporar otras sustancias en esta etapa. Los alimentos sugeridos y el régimen de destete proporcionado por Sorano resaltan el carácter transitorio de esta fase en la cual los niños comienzan a interactuar con alimentos disponibles en sus contextos culturales:

> Es adecuado alimentar a los niños también con alimentos a base de cereales: con migas de pan ablandadas con hidromiel o leche, vino dulce, o vino de miel. Más adelante uno debería también ofrecer sopas de espelta, gachas muy húmedas, y un huevo que se pueda sorber (…) Tan pronto como el lactante tome fácilmente la comida con cereales y cuando el crecimiento de los dientes garantice la división y trituramiento de cosas más sólidas (que en la mayoría de los casos ocurre alrededor del tercer o cuarto semestre), uno debería sigilosamente y gradualmente destetarlo incrementando constantemente la cantidad de alimento mientras disminuye la cantidad de leche. Porque entonces el infante será destetado sin daño, alejándose poco a poco del primer hábito. Al mismo tiempo, la leche de la nodriza del niño simplemente se secará por la eliminación gradual de la succión. (*Gyn*., II, 4647)

El destete, o el fin de la etapa de amamantamiento, también era acompañado por la mujer lactante, a través de su dieta:

> La nodriza debe tomar menos comidas y no muy ricas y debe beber agua; mientras debe dar leche al lactante con menor frecuencia y debe ejercitarse por medio del empuje de un pequeño carrito. Si por naturaleza el lactante es glotón y desea más comida de la que puede contener, hay que distraer su mente con entretenimientos y juegos <y> hay que dividir las raciones y darle trozos de pan seco y hacer la leche menos rica. Si, por el contrario, el lactante puede comer más pero desea menos, hay que tentarlo con la variedad de las cosas que se le ofrecen, pues la novedad de los platos estimula el apetito. Sin embargo, si un lactante destetado cae enfermo, hay que volver a darle leche, y una vez que la enfermedad haya cesado y el pequeño cuerpo se haya recuperado, sólo entonces hay que destetarlo. (*Gyn*., II, 48)

racionalidad heredada de los tratados hipocráticos, y basada en el simbolismo numerológico del número 7 (See Bagley, 2017, pp. 61-62).

El rol de la nodriza en este proceso era clave, dado que la transición al alimento adulto no era lineal, y en el caso de una enfermedad, Sorano sugería volver a la leche y continuar con el proceso de destete una vez que el niño hubiera recuperado su salud.

Todos los autores reconocieron la existencia de un vínculo nutricional entre el cuerpo de la madre y el feto durante el embarazo. Se entendía que el acontecimiento del embarazo interrumpía la digestión normal, y por lo tanto las recomendaciones dietarias estaban orientadas a acompañar el proceso asegurando la nutrición de la madre y, como consecuencia, el buen estado de salud del feto. Las implicancias de esta estrecha conexión nutricional durante el embarazo, sin embargo, se interpretaban de distintos modos: mientras que los autores médicos proveían una explicación racional respecto a cómo el cuerpo maternal gestionaba la nutrición, Plinio ofreció imágenes fantásticas de esta conexión que apuntaban, por ejemplo, a la influencia de la dieta materna en la determinación del sexo del bebé. Sorano identificó la continuidad del vínculo nutricional entre la madre y el bebé aún después del nacimiento, pero de forma ligeramente diferente al que se daba durante el embarazo. La leche materna era ampliamente reconocida como la mejor fuente de nutrición para el infante tanto para autores médicos como no médicos. Sin embargo, también se creía que la leche podía ser un vehículo de las cualidades de la persona que la proporcionaba. Como consecuencia, Sorano ofreció sugerencias respecto de cómo la dieta de la nodriza podía contribuir a fortalecer la nutrición y salud del bebé así como también advertencias respecto de cómo podía redundar en un peligro. El vínculo nutricional establecido a través de la lactancia permitía la intervención médica indirecta en los lactantes, a través de la leche de su nodriza. El destete implicaba la extinción del vínculo nutricional entre la nodriza y el bebé, quien era introducido gradualmente a los alimentos disponibles en su contexto cultural y material.

Pubertad

No hallamos menciones explícitas en los tratados médicos en relación a la dieta apropiada para los niños más allá del período de destete. El estatus de los niños como categoría epidemiológica definida en la medicina romana es un tema debatido en la actualidad (Bagley, 2017). Si bien existen varias afecciones médicas asociadas con los niños tales como ascárides (lombriz intestinal) (*Med*. IV, 17), aftas (*Gyn.* II, 24), sarpullidos (*Gyn.* II, 25), sibilancias (*Gyn*. II, 26), disentería (*Med*. II, 8), ninguna era exclusiva de esa etapa, sino que afectaban a otras poblaciones también. El tratamiento de las enfermedades en niños seguía las ideas generales de los adultos, pero la intensidad del tratamiento era a menudo más suave (*Med*. II, 10). Más allá de observaciones ocasionales y referencias generales, los niños no aparecen como un grupo definido en el discurso médico. Existe poca información respecto a sus cambios y necesidades nutricionales entre la lactancia y la pubertad. Plinio reconoció que algunas enfermedades afectaban más a los niños (*NH* 26, 4), y consideraba que algunos remedios naturales eran especialmente eficaces para las dolencias infantiles (*NH* 28, 111; *NH* 28, 129; *NH* 28, 258). En términos generales, se creía que eran menos fuertes (más bajos en *vires*) que los varones adultos, por lo que las dosis de los remedios para adultos debían ser

adaptadas a sus circunstancias particulares (*NH* 29, 69). Es notable que, si bien Plinio no analizó a los niños como un grupo distintivo ni social ni biológico, sus productos corporales, específicamente la orina infantil, se sugieren como cura para varias afecciones de salud y para su utilización en cosméticos (*NH* 22, 65; *NH* 28, 41; *NH* 28, 65; *NH* 28, 75).

El período alrededor de la pubertad, en cambio, es señalado por los autores como un momento de cambios, donde desaparecían algunas afecciones de la infancia. Se creía que algunas enfermedades (incluida la epilepsia)[130] se resolvían con la llegada a la pubertad (*Med.* III, 23). Para Sorano, la menarquía, que ocurría alrededor de los catorce años en las niñas, implicaba el inicio del ciclo menstrual y el aumento del tamaño del útero y los pechos, como consecuencia de la particular gestión del alimento por parte del cuerpo femenino (*Gyn*., I, 15/20). Sin embargo, Sorano analizó la cuestión de hasta qué momento las niñas debían mantenerse vírgenes (es decir, el inicio del coito) dado que, si concebían cuando su cuerpo aún no estaba totalmente desarrollado podía peligrar la alimentación del embrión, causando su atrofia. En términos generales, resolvió que la aparición de la primera menstruación era la señal de que los órganos reproductivos se habían desarrollado y que el cuerpo era capaz de concebir (*Gyn.,* I, 33). Plinio también refirió a la pubertad como un momento crucial para la resolución de las enfermedades infantiles (*NH* 7, 170; *NH* 28, 44). Curiosamente, las indicaciones para frenar los signos que señalaban el inicio de la pubertad se dirigieron a los niños antes que a las niñas, y en particular a los traficantes de esclavos (*mangones*) para quienes retrasar la pubertad podría haber contribuido a su negocio (*NH* 21, 170).

La pubertad significaba, tanto para los autores médicos como los no médicos, la transición de la infancia, en la cual el género no jugaba un rol como variable, hacia la adultez, donde las diferencias de género eran marcadas y afectaban en gran medida las funciones biológicas y sociales de las personas. Si bien en los discursos médicos analizados en este capítulo no encontramos sugerencias dietarias específicas para el período de la pubertad, varios estudiosos modernos refieren a la recensión de Oribasio del régimen médico para niñas provisto por Rufo de Éfeso. Distintos autores sostienen que un régimen alimenticio era delineado con el fin de regular y moderar los impulsos de las niñas a través del control de su dieta (Garnsey, 1999, pp. 101-103; Bagley, 2017, p. 169; Laes, 2019, p. 184). Sin embargo, dado que los pasajes analizados son parte de una interpretación de Oribasio, en el siglo IV n.e., del trabajo original de Rufo (escrito en el siglo II n.e.), consideramos que el análisis debería enmarcarse en el contexto histórico y social de la antigüedad tardía, antes que abordarse como una representación de las interpretaciones médicas durante el Principado.[131]

---

[130] De acuerdo a Celso la epilepsia (*comitialis*) afectaba más a los hombres que a las mujeres (“id genus occupat viros saepius quam feminas”) (*Med*. III, 23).

[131] Oribasio recogió el argumento de Rufo de que, cuanto antes engordara la muchacha, se volvería “núbil” y desearía relaciones sexuales (Oribasio, *Liber Incertus* 18,12). Cabe hacer varias observaciones respecto de estos pasajes y de las interpretaciones ofrecidas en torno a ellos. En primer lugar, Rufo decía que en la pubertad las muchachas debían abstenerse de comer carne y alimentos muy nutritivos. Sin embargo, “nutritivo” en este contexto puede que no apunte a nuestro sentido moderno de nutritivo (es decir, lleno de nutrientes), sino a un alimento “rico”, quizá refiriéndose a alimentos con muchas calorías. En este sentido, es posible que la nutrición general de las niñas no estuviera necesariamente en peligro si se seguían estas recomendaciones. En

5.4. Conclusiones

Entre los autores médicos analizados sólo Sorano se ocupó de las mujeres y los niños en particular. El resto apenas trató el tema de sus dolencias específicas, mucho menos el de la maternidad y sus cuestiones relacionadas. En cambio, las referencias a mujeres y niños se encuentran desparramadas en los diversos tratados, y frecuentemente se los incluye como ejemplos excepcionales respecto del paradigmático cuerpo masculino del discurso médico romano. No obstante, este cuerpo masculino adulto paradigmático, no prevalecía en lo que se refiere a las interacciones entre el cuerpo y la alimentación humanas, puesto que el género constituía una entre otras variables a considerar. Por ende, no existen referencias a una *dieta femenina* o *infantil* en el discurso médico.

Si bien los médicos varones referían a un cuerpo masculino por defecto, es interesante notar que el tema de la nutrición humana es explicado por Galeno en referencia al funcionamiento del órgano femenino *par excellence*: el útero. Más aún, las explicaciones relativas a la generación humana partían de lo que se consideraba la especificidad del cuerpo femenino: su peculiar economía nutricional. Se creía que las mujeres gestionaban la nutrición de un modo que les permitía sostener la creación de nueva vida en el interior de sus cuerpos.

Aunque no existía una *dieta femenina* o *infantil* definida, las ideas sobre la fisiología de las mujeres y los niños incorporaban nociones relativas a la nutrición que influían en las sugerencias dietéticas. Los autores médicos ofrecieron explicaciones racionales acerca de las conexiones entre alimento y nutrición y los ciclos fisiológicos de mujeres y niños. Los discursos no médicos, como el de Plinio, aunque coincidían en términos generales con las explicaciones médicas, incorporaban también creencias populares, lo que probablemente resonaba con el público lego. Las coincidencias entre el discurso médico y no médico pueden ser indicativas de las ideas compartidas en la sociedad. En este sentido, podemos argumentar que la noción de una economía nutricional peculiar femenina que generaba la sustancia que permitía la generación de nueva vida era ampliamente aceptada. La sangre menstrual, resultado de dicho proceso, era considerada como el alimento del embrión. La acumulación de un excedente nutricional en el cuerpo femenino era, a su vez, vista como una función normal y sus conexiones con el consumo de alimentos y la digestión eran igualmente aceptados. El vínculo nutricional entre la madre y el feto durante el embarazo y entre la madre o nodriza y el bebé luego del parto era también reconocido por todos los autores. Se creía que la leche materna era mucho más que un simple nutrimento: era también un remedio. Las sugerencias dietarias y las ideas

---

segundo lugar, tal vez los pasajes podrían leerse de otra manera: como se ha señalado en el capítulo 2, las nociones médicas actuales sobre el inicio de la menstruación hacen referencia a una distribución diferente de la grasa en los cuerpos masculino y femenino y a cambios en la proporción entre el peso corporal magro y la grasa en las mujeres durante la pubertad (véase la sección 2.1.1.). El aumento de peso en este período de la vida está correlacionado con la primera aparición de la menstruación. ¿Puede ser posible que la sugerencia de Rufo tuviera como objetivo retrasar la menarquía, evitando así que las muchachas romanas fueran "núbiles" y pudieran casarse —lo que suponía el inicio de las relaciones sexuales y la posibilidad de un embarazo— cuando aún sus cuerpos no estaban completamente maduros? Todo ello no excluye el tono prescriptivo general de los pasajes en los que las sugerencias dietéticas son funcionales a las normas de género establecidas. Sin embargo, quisiéramos plantear aquí la cuestión de hasta qué punto los discursos médicos se traducían en prácticas sociales concretas.

acerca de qué alimentos eran adecuados —o perjudiciales— para las mujeres en cada ciclo de sus vidas apuntaban a un modo fisiológico propio de la mujer de gestionar el alimento y a los desafíos nutricionales que cada etapa representaba. La nutrición infantil, antes que la de los niños, recibió la atención de los autores médicos. La nutrición y el bienestar del bebé, se creía, estaban estrechamente relacionadas con las de la mujer (o mujeres) que los amamantaban. Los niños, en cambio, son presentados como un grupo genérico, hasta la pubertad, donde la aparición de una economía nutricional específica en las niñas marcaba el inicio de su período fértil y el comienzo de los ciclos fisiológicos, en los que se aplicaban las consideraciones nutricionales generales para las mujeres.

La cuestión que continúa sin poder ser resuelta es ¿cómo impactaba el discurso médico romano en la vida diaria y en las prácticas alimenticias de mujeres y niños? Los tratados médicos abordaron el tema de la medicina desde una perspectiva teórica y a través de su propio marco ideológico. El conocimiento que intentaban construir estaba basado en las contribuciones acumuladas de autoridades previas masculinas, aunque interpretado a través de sus propias ideas. Puesto que no existía una visión unificada de la medicina, la construcción discursiva del conocimiento médico por parte de los autores competía con otras posibles interpretaciones y explicaciones. Por lo tanto, los autores necesitaban desarrollar sus propias ideas respecto a la naturaleza, la salud y el cuerpo humano, apelando, al menos en cierta medida, a ideas compartidas con el resto de la sociedad. Esto no quiere decir que los médicos y el público lego coincidieran plenamente en sus explicaciones, ya que podían coexistir teorías divergentes en un mismo contexto cultural. Sin embargo, permitía que cada autor elaborara desde un terreno común. Un segundo asunto a considerar es si las visiones compartidas por los autores médicos representaban visiones androcéntricas del cuerpo humano y cómo esto influía en sus puntos de vista sobre la nutrición y la dieta de las mujeres. Garnsey (1999) se refirió a este tema diciendo que las necesidades de las mujeres: “son vistas a través de los ojos de los varones y reflejan el estatus y el poder superior de los varones. Se considera que las mujeres necesitan menos alimentos que los hombres, pero sus necesidades son definidas por hombres y en gran medida en interés de los hombres y de la sociedad dominada por los hombres en su conjunto.” (p. 103). Al mismo tiempo, el autor argumenta que los alimentos señalados por los médicos varones como adecuados para las mujeres son el resultado de sus teorías fisiológicas antes que del prejuicio masculino y la subordinación social de las mujeres (p. 106). Concluye, por tanto, que: “si las mujeres y los niños estaban en desventaja desde el punto de vista nutricional, como he sugerido, entonces esto era en parte resultado de la ignorancia más que de los prejuicios” (p. 111). Luego de haber analizado los tratados médicos romanos acerca de la alimentación y la nutrición, podemos acordar con Garnsey en que las prescripciones dietarias estaban basadas, por una parte, en las ideas de cada autor respecto a la relación entre los productos alimenticios y el cuerpo humano y, por otra parte, en los conocimientos y teorías disponibles acerca de la fisiología femenina e infantil. Sin embargo, la medida en que estos discursos sirvieron para articular el control masculino sobre los cuerpos de las mujeres y los niños a través de prácticas sociales, consideramos, no debe atribuirse a

los propios médicos, sino a los usos sociales y culturales de estos discursos, incluso por fuera del campo de la medicina. En este contexto, es preciso señalar que los discursos médicos en el mundo romano no desempeñaban el mismo papel social y cultural que el discurso médico científico actual (Flemming, 2000, p. 3). Ideas diversas, enfrentadas y contradictorias sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños podían coexistir. Este aspecto debe ser considerado al momento de evaluar el alcance y la articulación de estos discursos en el contexto del vasto y variado mundo cultural romano.

Dado que los tratados médicos y las visiones que los mismos compartían circulaban sobre todo entre los grupos alfabetizados, urbanos y acomodados de la sociedad romana, podemos argumentar que era posible que las mujeres y los niños de estos grupos se hubieran visto más afectados por el poder de los discursos médicos, y sus cuerpos más intensamente intervenidos por los tratamientos de estos profesionales. El cuidado de la salud de las mujeres y niños de las clases bajas y en el contexto rural, probablemente estaban menos influenciados por las interpretaciones racionales y definidas de un médico en particular. Posiblemente la atención médica estuviera a cargo de mujeres, con formación en medicina, o simplemente por pares. No obstante esto, las nociones compartidas entre los autores médicos y no médicos apuntan a la centralidad de la nutrición femenina —y a los vínculos de la misma con la de los niños—, para la continuidad de la vida. Siguiendo este hilo cabe preguntarnos si estas recomendaciones médicas podrían haber sido eficaces para preservar la salud de las mujeres y los niños, aunque fueran formuladas desde una perspectiva androcéntrica. Por otra parte, ¿Debemos sostener que las mujeres y los niños estaban sujetos a estas ideas, o deberíamos considerar algún grado de agencia de su parte?

Capítulo 6: El trabajo de mujeres y niños con los alimentos

Introducción

Comencemos con una cita bastante larga del libro de Garnsey respecto de la alimentación de mujeres y niños, que durante mucho tiempo ha marcado las líneas generales del debate:

> Para investigar la asignación de alimentos en el seno de la familia, tenemos que explorar los diversos principios que pueden haber influido. Las palabras clave son necesidades, estatus y poder. Existe, en primer lugar, una explicación funcional/fisiológica de la distribución de los alimentos. Llamo a esto necesidades: las necesidades del individuo, las necesidades de la familia. Si el objetivo general es asegurar la supervivencia y el bienestar de la familia, entonces la mayor parte irá a los miembros más productivos (...) El segundo factor es cultural –el estatus. El principio rector de esta explicación es que el comportamiento alimentario refleja la jerarquía social y las relaciones sociales. Así, el estatus de un individuo en el hogar y en la sociedad en general será crucial en la asignación de alimentos. En tercer lugar, el poder, o control sobre los recursos. En este enfoque, la atención se centra en las relaciones materiales y de poder (...) En el apartado de las necesidades, los hombres obtendrán una buena puntuación; también los niños mayores, especialmente los varones, ya que constituyen la mayor parte de la mano de obra productiva. *Las mujeres en edad de procrear podrían clasificarse lógicamente como "productoras", en su papel de reproducción social (*...) Es bastante probable que en las sociedades patriarcales, como lo eran las grecorromanas, las mujeres recibieran una parte menos generosa de los recursos alimentarios familiares que la de los hombres. [énfasis añadido] (Garnsey, 1999, p. 101)

A través de este pasaje, Garnsey ofreció un enfoque teórico sobre la cuestión del reparto de alimentos en la Antigüedad clásica basado en una combinación de nociones generales sobre el funcionamiento social de las sociedades griega y romana e ideas económicas sobre la producción y distribución de alimentos. Argumentó que las jerarquías socioeconómicas de las antiguas sociedades clásicas también operaban en el contexto de la unidad familiar, por lo que el estatus social de un individuo en el marco más amplio de la formación social se traducía en la cantidad de alimentos que recibía en el contexto doméstico. Si bien no especificó cómo se determinaba el estatus de un individuo o qué implicaba alcanzar un estatus específico en términos de alimentación, el autor mencionó que se trataban de sociedades "patriarcales", en las que las mujeres se encontraban, por definición, subyugadas. El vínculo entre el papel económico de los individuos y la alimentación que recibían es definido como "necesidades". Según Garnsey, la determinación de tales necesidades implicaba definir quienes eran considerados “productores” (y, consecuencia, quienes no lo eran).

Desde este punto de vista, Garnsey estableció que los hombres y los niños mayores de sexo masculino podían considerarse con seguridad "productores", mientras que las mujeres sólo podían etiquetarse como tales en su función de reproducción social. La mezcla de estos diferentes elementos llevó al autor a la conclusión de que en las sociedades grecorromanas las mujeres recibían una parte menor de los recursos alimentarios de la familia. El trabajo de Garnsey ha sentado las bases para los posteriores análisis sobre la alimentación en la Antigüedad clásica y esta afirmación en particular —que las mujeres recibían una parte menor de los alimentos— ha sido sostenida y reproducida por otros estudiosos. Por consiguiente, resulta relevante aquí revisar su conceptualización respecto del papel productivo y reproductivo de mujeres y niños.

En este capítulo, argumentamos que tanto las mujeres como los niños eran *productores*, concretamente de alimentos. Para sustentar esa afirmación, aportamos evidencias de la participación activa de ambos grupos en las diversas fases de la producción de alimentos. Además, delineamos las actividades implicadas en el trabajo doméstico o de mantenimiento[132] y en el trabajo reproductivo destacando, al mismo tiempo, cómo estas actividades se relacionaban con la gestión y la preparación de alimentos para todos los integrantes de la unidad doméstica. Sostenemos que las mujeres y los niños tenían acceso efectivo a los recursos alimentarios y control sobre ellos y, en consecuencia, las explicaciones sobre la distribución de alimentos basadas en su participación económica deberían reconocer este hecho.

En la primera parte de este capítulo, abordamos las cuestiones del trabajo productivo y reproductivo basándonos en las perspectivas teóricas del feminismo marxista para comprender en qué consistía el trabajo reproductivo, frecuentemente atribuido a las mujeres. Para hacerlo, diferenciamos la reproducción humana o biológica, el trabajo doméstico o de mantenimiento —que conlleva una gran cantidad de actividades productivas— y la reproducción social. Con este marco en mente, profundizamos en las diversas actividades implicadas en los tres aspectos relacionados con la alimentación y la nutrición.

En primer lugar, aportamos evidencias de la presencia de mujeres y niños en todas las etapas de los sistemas alimentarios romanos, participando activamente en las distintas fases de la producción de alimentos, desde el cultivo hasta el consumo, con especial atención a la transformación y el almacenamiento. Como consecuencia, afirmamos que tanto mujeres como niños eran productores en

[132] El concepto de actividades de mantenimiento está tomado del trabajo de González Marcén, Montón Subías y Picazo, (2008). Bajo la influencia de la arqueología de género, este concepto de actividades de mantenimiento apareció en el contexto de la arqueología española hace más de 20 años. Se refiere con el término a un conjunto de prácticas que implican el sustento, el bienestar y la reproducción efectiva de todos los miembros de un grupo social. Se trata de tareas básicas de la vida cotidiana que regulan y estabilizan la vida social. Implica principalmente al cuidado, la alimentación y el procesamiento de alimentos, el tejido y la fabricación de telas, la higiene, la salud pública y la curación, la socialización de los niños y la habilitación y organización de los espacios relacionados (González Marcén, Montón Subías & Picazo, 2008). Según los autores, estas prácticas, asociadas a conocimientos especializados y aplicaciones tecnológicas específicas, han constituído una parte esencial de la vida cotidiana de las personas, especialmente de las mujeres. El punto clave del concepto de actividades de mantenimiento es la idea de que las mismas desempeñan una función estructural en la creación, recreación y transformación de las formas sociales.

la medida en que su trabajo resultaba fundamental para volver a los productos de las labores agrícolas aptos para el consumo humano. En segundo lugar, describimos las actividades que formaban parte del trabajo doméstico o del hogar, con especial atención al papel que desempeñaban en la alimentación y nutrición del hogar. Para ello, presentamos el abanico de tareas relacionadas con el trabajo de la *vilica*[133] en los tratados sobre agricultura, entendiendo que estaban destinadas al mantenimiento y continuidad de la unidad productiva y, por tanto, proporcionaban información útil sobre el trabajo necesario para el sustento de cualquier hogar. En este sentido, las actividades asignadas a la *vilica* pueden hacerse extensivas a las mujeres campesinas en general. Es preciso señalar, sin embargo, que la administradora (*vilica*) se encargaba de actividades económicas de mayor envergadura que las de las mujeres de las pequeñas y medianas propiedades rurales. A continuación, aportamos algunas ideas sobre el trabajo reproductivo realizado por las mujeres, al tiempo que destacamos el papel que ellas desempeñaban en la alimentación infantil.

Al final del capítulo, retomamos el marco conceptual de las críticas del feminismo marxista a la teoría de la reproducción para explorar hasta qué punto el trabajo de las mujeres servía para garantizar la reproducción de todo el sistema social. Como resultado, esperamos contribuir al reconocimiento del papel fundamental que las mujeres y los niños desempeñaron —y desempeñan— en relación con la *seguridad alimentaria* (véase el capítulo 3) y a la reflexión respecto de su acceso, control y participación en las decisiones relacionadas con la alimentación.

En cuanto a las fuentes, nos hemos basado principalmente en las obras de los agrónomos latinos Catón, Varrón y Columela, que aportaron información útil sobre el funcionamiento de las propiedades agrarias en distintos momentos del período considerado. Sin embargo, ofrecemos una lectura de su contenido *a contrapelo*, puesto que se trata de discursos normativos que exponen las ideas de los autores respecto de cómo *debía* conducirse una propiedad y, por lo tanto, no reflejan necesariamente la realidad. Aunque encontramos en ellos varias referencias a la presencia de mujeres, los estudiosos han destacado que los personajes de los tratados agrarios constituyen estereotipos de género de (Rubiera Cancelas, 2010), en los que el *vilicus* y la *vilica* representan lo que se entendía como las ocupaciones masculinas y femeninas en el contexto de una unidad productiva. Por otra parte, sostenemos que el papel de la *vilica* puede interpretarse como la concentración en un solo personaje de todas las actividades femeninas en el hogar, tanto las productivas como las reproductivas. De esta manera, las tareas que estos autores asignaban a la *vilica* nos proporcionan la base para delinear, por un lado, la participación femenina en la producción de alimentos —especialmente en su almacenamiento y conservación— y, por otro, el abanico de actividades incluidas en el trabajo

[133] Nos referimos en este capítulo a la *vilica* ya sea a través del término latino o como la *administradora*. Las traducciones inglesas refieren a la *vilica* como: la "esposa del capataz", o "la ama de llaves". Creemos que ambas definiciones resultan engañosas. La conexión marital con el *vilicus*, aunque sugerida por autores antiguos, no debe tomarse como una realidad, como demostró Roth (2004). Por otro lado, el término ama de llaves refuerza la idea de que el trabajo de la *vilica* puede estar circunscrito a las tareas domésticas cuando tenían un abanico más amplio de deberes, responsabilidades y poder de mando sobre la mano de obra de la propiedad.

doméstico. Dado que todas estas actividades estaban destinadas a asegurar el sustento del grupo y de la unidad productiva, se consideran representativas, en cierta medida, de las actividades realizadas en todo tipo de hogares. También aportamos fuentes epigráficas, literarias y visuales que evidencian la presencia de mujeres y niños, tanto en el ámbito público como en el doméstico, en relación con la preparación, la comercialización, el consumo y la provisión de servicios de alimentación.

6.1. El trabajo de las mujeres: Producción, reproducción y trabajo doméstico

Las opiniones de Garnsey sobre la distribución de los alimentos se presentan en el capítulo de su libro que trata el tema de la alimentación y la familia. Como ya se ha mencionado, el lugar que el autor atribuye a las mujeres y a los niños en el seno de la familia sirve para reforzar la idea de que se encuentran al margen de las sociedades grecorromanas. Además, la referencia a las mujeres como productoras sólo en términos de su contribución a la reproducción social plantea las siguientes preguntas: ¿Cuáles eran las actividades que realizaban las mujeres? ¿Cuál era el papel de la *reproducción* en el contexto más amplio de las antiguas sociedades clásicas? ¿Eran las mujeres "productoras" meramente en su capacidad de "reproductoras"? La cuestión de la reproducción social ha sido analizada en el contexto de la economía y, aunque la mayor parte de la literatura dedicada a ese tema refiere a las sociedades modernas enmarcadas en el capitalismo, la crítica teórica del feminismo político económico y, en particular, del feminismo marxista puede arrojar luz sobre el papel de las mujeres en las actividades tanto productivas como reproductivas en el mundo romano.

La alimentación es una necesidad humana básica. De modo que todos los sistemas económicos tienen que, al menos, garantizar a sus integrantes el acceso a los alimentos. Esto estaba claro para Engels, quien incluyó la alimentación como elemento esencial en su libro *El origen de la familia, la propiedad privada y el Estado*:

> Según la concepción materialista, el factor determinante de la historia es, en última instancia, la producción y reproducción de los elementos esenciales inmediatos de la vida. Esto, de nuevo, tiene un doble carácter. Por un lado, la producción de los medios de existencia, de los artículos de alimentación y vestimenta, de las viviendas y de las herramientas necesarias para esa producción; por otro lado, la producción de los propios seres humanos, la propagación de la especie. La organización social en que viven los pueblos de una época histórica y en un país particular está determinada por ambos tipos de producción: por el grado de desarrollo del trabajo, por una parte, y de la familia, por otra. (1884, Prefacio)

La producción de lo esencial para la vida (alimentos, ropa, vivienda y herramientas) y la producción de seres humanos son dos caras de un mismo proceso de continuidad social e histórica. Sin

embargo, en la segunda parte de la cita, el autor vincula la producción con el trabajo y la reproducción humana con la familia. En su obra, ofreció una interpretación lógica de las etapas históricas comenzando por un estado original de derecho materno, es decir, la organización social a través de los vínculos maternos, hasta una organización patriarcal de la familia y, más tarde, la aparición del Estado.[134] Aunque Engels reconoció que, en el contexto de la familia, la mujer quedaba reducida a la servidumbre, con lo que la primera oposición de clases de la historia era la existente entre el hombre y la mujer, no abordó la cuestión de cómo se produjo el paso del poder femenino al masculino y omitió por completo la cuestión de la reproducción humana.[135] Como conclusión de su obra, postuló que la supremacía del varón en el matrimonio era la simple consecuencia de su supremacía económica, y que la “abolición” de tal supremacía liberaría, en última instancia, a la mujer de su posición subyugada. Es interesante observar que, aunque Engels entendía a la subordinación de las mujeres como una consecuencia de la acumulación de riqueza por parte de los varones debido a la domesticación de los animales, y dado que esta acumulación se basaba, ante todo, en la división sexual del trabajo preexistente en el seno de la familia, no se ofrece ninguna explicación respecto de cómo se originó esa división sexual del trabajo. Volveremos sobre esta cuestión más adelante.

La teoría materialista de Marx y Engels planteó una perspectiva alternativa a la de la teoría económica clásica y tuvo gran repercusión a lo largo del siglo XX. En 1975, Claude Meillasoux, antropólogo francés, abordó la cuestión de la reproducción en su análisis de cómo la economía capitalista se articulaba con lo que denominó el "modo de producción doméstico", preexistente en las sociedades africanas, también sometidas al colonialismo. En su modelo de comunidad doméstica agrícola, los ancianos controlaban, en primer lugar, los medios de subsistencia (es decir, los almacenes), y luego su control se desplazó a los medios de reproducción (es decir, las mujeres). Al considerar la estructura alimentaria del parentesco en el contexto de la comunidad doméstica, el autor afirmó que los alimentos se administraban en función de las diferentes necesidades de la comunidad: con el fin de asegurar las reservas y la continuidad de la producción agraria ciclo tras ciclo; para las actividades sociales y, por último, para el consumo de los miembros de la unidad doméstica. Meillasoux (1975) proporcionó incluso una fórmula para calcular los alimentos que necesitaban los distintos miembros siguiendo un razonamiento que apuntaba a sus necesidades en relación con su

---

[134] Las opiniones de Engels se vieron muy influenciadas por la obra de Bachofen *Das Mutterrecht* (1861), en la que se desarrollaba la teoría de un matriarcado original. Sin embargo, esta teoría ha quedado refutada, ya que no existen pruebas para sostener la existencia de una sociedad matriarcal originaria.

[135] En cuanto al paso del matriarcado al patriarcado, Engels se limitó a afirmar que la domesticación de los animales había creado una riqueza que se concentraba en los miembros masculinos debido a la división sexual del trabajo en el seno de la familia. Esto implicaba que los varones, encargados de obtener los alimentos, eran al mismo tiempo los propietarios de los instrumentos de trabajo, y se beneficiaban de ello. Las esposas adquirieron valor de cambio, y la necesidad de traspasar la propiedad privada de los rebaños impuso el derrocamiento del derecho de la madre y el consiguiente establecimiento de un gobierno patriarcal y de una familia monógama. Es notable que estos pasos sean vistos como pasos necesarios, lógicos, del matriarcado original al patriarcado todavía contemporáneo. Sin embargo, Engels no ofreció ninguna explicación sobre cómo se produjeron los cambios; se limitó a decir que, para que los hombres puedan explotar su posición reforzada resultante del aumento de la riqueza, "el derecho materno, por lo tanto, *tenía que ser derrocado*, y derrocado fue" [énfasis añadido] (1884, p. 30). El tema de la reproducción humana está sorprendentemente ausente de su análisis.

contribución económica y su edad. Así, identificó tres grupos: los niños "pre-productivos", los adultos "productivos" y los ancianos "post-productivos" (p. 52). El autor constató que cada miembro del grupo dependía de todos los miembros de la comunidad para su sustento, y que el propósito básico de la redistribución era la reproducción. Sin embargo, en este escenario, las mujeres eran meros medios de reproducción, socialmente sometidas a los ancianos, en virtud de su control sobre la sexualidad femenina (o sobre los "medios de reproducción", en palabras del autor). La capacidad productiva de las mujeres era, en consecuencia, menos determinante que su capacidad de reproducción, aunque experimentaban, al mismo tiempo, dos formas de explotación: perdían el derecho a los productos de su trabajo, que eran controlados por los varones, así como también de sus capacidades reproductivas. A diferencia de Engels, para Meillassoux el control social por parte de los ancianos no derivaba de la posesión de riqueza, sino de su control sobre la reproducción. El autor comentó que, en el contexto de la comunidad doméstica, las mujeres se veían "forzadas a relaciones de dependencia que conducen a su sumisión consagrada por el tiempo" (p. 75). Las mujeres son reconocidas abiertamente por el autor como las *explotadas*, aunque, agregó que esta explotación directa podía suavizarse mediante la concesión de huertos en los que todo o parte de los productos eran suyos (p. 77).

Dos aspectos del modelo de Meillassoux son relevantes para nuestro análisis: por un lado, el autor afirmó que: "a pesar del lugar preponderante que ocupan tanto en la agricultura como en el trabajo doméstico, a las mujeres no se les concede el estatuto de productoras" (p. 77). Esto abre la cuestión de qué significaba ser productor y por qué las mujeres no eran reconocidas como tales, no sólo en las sociedades estudiadas por los antropólogos, sino también a los ojos de los estudiosos actuales, quienes siguen considerando a las mujeres como meras *reproductoras*. Por otra parte, como explicaba Maureen Mackintosh (1977) en su crítica a la obra de Meillassoux, el autor asumía sin problemas el hecho de la subordinación femenina, cuando, en realidad, no existe nada en la necesidad de almacenar granos que implique un control jerárquico sobre esos almacenes, ni nada en la fecundidad de las mujeres que implique el control masculino sobre ella (p. 121). Aquí nos encontramos ante dos problemas teóricos: la resistencia a la categorización de las mujeres como productoras, y la falta de una explicación clara respecto al control masculino sobre la sexualidad femenina y los recursos familiares. Otra aportación del análisis feminista de este modelo de comunidad doméstica es la aparente confusión en torno al concepto de *relaciones de reproducción*, entre las relaciones de reproducción humana y el proceso de reproducción de toda la sociedad (es decir, relaciones de reproducción humana y relaciones de producción).

La teoría marxista de la economía se enfocó en explicar los orígenes y el funcionamiento del sistema capitalista, centrado en la formación del trabajador industrial asalariado masculino productor de mercancías en el contexto de la fábrica, dejando de lado cuestiones fundamentales abordadas por la teoría y la práctica feminista, como aquellas actividades relacionadas con la reproducción de la vida

cotidiana (Federici, 2018). A partir de la década de 1970, un grupo de estudiosas[136] ofreció un análisis en perspectiva feminista de la teoría marxista, reconociendo los importantes aportes de su análisis de la historia económica (como la idea de la lucha de clases como motor del desarrollo histórico y social), pero también destacando los límites de esta perspectiva para abordar aspectos cruciales en la vida de las mujeres. Como resultado, se inició una corriente de estudios sobre la teoría de la reproducción, tomando como punto de partida la referencia de Engels —mencionada anteriormente— respecto del papel clave tanto de la producción como de la reproducción en el sustento de la vida.[137]

La inmensa mayoría de los análisis de la reproducción se refieren a la sociedad capitalista moderna, en la que las esferas de la *producción* y la *reproducción* aparecen claramente separadas: la producción se lleva a cabo en un contexto industrializado impulsado por el capital, y la reproducción tiene lugar en la esfera doméstica. De ahí que el análisis de la reproducción se sitúe principalmente en el hogar del trabajador. Sin embargo, se ha reconocido que una característica de las sociedades precapitalistas es que en ellas ambas esferas convergían (Federici, 2018). A pesar de ello, consideramos que el análisis global de la *reproducción* ofrece herramientas conceptuales útiles para abordar la relevancia del trabajo femenino en la sociedad romana. Partiendo de los trabajos previos de las estudiosas feministas, organizamos el tratamiento de la reproducción abordando tres aspectos clave: las relaciones sociales de la reproducción humana; la reproducción de la fuerza de trabajo, y la reproducción social.

Relaciones sociales de reproducción humana: el patriarcado y la subordinación femenina

Una característica que se destaca en el análisis sobre la reproducción es el papel de la unidad doméstica en la producción de la futura mano de obra para el sistema económico, es decir, la reproducción humana. Como afirmó Mackintosh (1977), la relación característica de la reproducción humana en el hogar era el patriarcado, o el control de los varones sobre las mujeres, especialmente sobre su sexualidad y fertilidad. En su obra *La creación del patriarcado*, Gerda Lerner (1986) se propuso identificar sus orígenes, lo que la llevó a la antigua Mesopotamia, con el objetivo de rastrear las ideas, símbolos y metáforas mediante las cuales se introdujeron las relaciones patriarcales de género en la civilización occidental. El aporte más importante del trabajo de Lerner fue la afirmación de que la dominación masculina sobre la mujer no era natural, sino el resultado de procesos sociales y culturales. Además, puesto que había sido creada, necesitaba ser reafirmada y sostenida a lo largo del tiempo, lo que implicaba el desarrollo de una ideología que, según la autora, también había sido compartida en cierta medida por las propias mujeres a lo largo de la historia. Entonces, la imposición de un poder patriarcal sobre las mujeres fue —y sigue siendo— la fuente de la subordinación femenina.

---

[136] Silvia Federici (2018) refirió a las obras de Mariarosa Dalla Costa y Leopoldina Fortunati en Italia, y de Maria Mies en Alemania.

[137] Como señaló Federici (2019), el tema de la reproducción social fue abordado tanto desde la perspectiva de la teoría económica política clásica como desde la teoría marxista. Sin embargo, fue la perspectiva feminista la que permitió una visión crítica de la reproducción desde ambas teorías económicas.

Tanto en las descripciones de las relaciones económicas en el seno de la familia en la obra de Engels como también en la de Meillassoux, la subyugación de la mujer por el varón se acepta como un hecho, y sin cuestionamientos (Mackintosh, 1977). La misma constituía un paso necesario para explicar el papel de la mujer dentro de la esfera doméstica y en las relaciones económicas más amplias; sin embargo, ninguno de los autores proporcionó una explicación acerca de cómo los miembros masculinos de la unidad doméstica llegaron a ejercer el control social sobre los miembros femeninos. No obstante ello, una división inicial del trabajo entre los sexos fue señalada como factor determinante subyacente. Esta *división sexual del trabajo* —o "división de género del trabajo", como sugirió Mackintosh (2013)— parecía ser una constante y, por lo tanto, no requería mayor explicación por parte de los autores.

En las explicaciones, detrás de la naturalización de una división sexual del trabajo dentro del hogar, subyacía una razón biológica. La diferencia fisiológica que determinaba la capacidad de las mujeres para parir y amamantar hijos se tomaba a menudo como la razón obvia de la diferenciación entre actividades masculinas y femeninas, que incluso se presentaban como "complementarias". Sin embargo, como señaló Mackintosh (1977), no había nada intrínseco a las capacidades reproductivas femeninas que implicara que las mujeres tuvieran que ser controladas por los hombres. En cambio, el origen del control masculino sobre la sexualidad femenina residía, como afirmaba Lerner, en procesos sociales y culturales, y no en una disposición natural.

La *desnaturalización* de la división sexual del trabajo que han propuesto las académicas feministas resulta crucial, ya que permite desligar conceptualmente la constitución histórica del poder patriarcal, causa primaria de la subordinación femenina, de las consecuencias económicas específicas de dicha subyugación: la explotación de la capacidad reproductiva femenina y de su trabajo productivo en el contexto de diferentes sistemas sociales y económicos.

La reproducción de la mano de obra: ¿Qué es un "productor"?

Como expresaba la cita de Meillassoux (véase más arriba), a pesar del papel de las mujeres en el trabajo agrícola y doméstico, no se las reconocía como productoras. La cuestión es: ¿quién determinaba lo que constituía *producción* y quién era un *productor*? O, en palabras de Mackintosh (1977, p. 122): "¿No tienen las mujeres ningún papel en la producción?".

Tanto en el modelo de comunidad doméstica de Meillassoux como en la explicación de la asignación de alimentos de Garnsey, la conceptualización de la contribución económica de los distintos miembros de la familia resulta determinante para la asignación de recursos. Sin embargo, la definición de los adultos varones como *productores*, las mujeres como *reproductoras* y los niños y ancianos como pertenecientes a las etapas *pre* y *post productivas* de la vida es arbitraria. Detrás de las caracterizaciones de ambos autores respecto de quienes eran considerados productores, se oculta la idea de que la producción se circunscribía a la producción agrícola a gran escala. Del mismo modo, en la economía moderna, el término producción refiere usualmente al trabajo remunerado en el

mercado o en la producción agrícola (Paltasingh & Lingam, 2014). Como han destacado las críticas feministas marxistas, en las sociedades capitalistas modernas la esfera de la producción y la reproducción están diferenciadas, siendo la fábrica o el campo las esferas de la producción, mientras que la esfera doméstica se asocia con la reproducción. El salario percibido, al menos inicialmente, por un trabajador varón a cambio de sus actividades productivas se destina a la adquisición de los medios necesarios para el sostenimiento de la vida de los miembros de la familia (lo que Engels denominó "lo esencial de la vida"); en el caso de los alimentos, y en el contexto de una clase trabajadora sin tierra, esto significa tener que recurrir al mercado. No obstante, en las sociedades precapitalistas basadas en la agricultura, como la romana, las esferas de la producción y la reproducción a menudo convergían. Beneria y Sen (1981) señalaron que en una economía de subsistencia, los materiales utilizados para la producción doméstica no se compraban en el mercado, sino que se transformaban de tal forma que la producción doméstica y la no doméstica estaban estrechamente vinculadas. Sin embargo —y esto es igualmente válido para las sociedades capitalistas y precapitalistas— no sólo importa la procedencia de estos medios de subsistencia, sino también los procesos necesarios por los que tienen que pasar para ser transformados y utilizados para el sustento diario de la vida. Nos referimos con esto al trabajo *doméstico*.

Como explicaron Paltasingh y Lingam (2014), el proceso de reproducción incluye una gran parte de las tareas productivas orientadas al consumo del hogar, como el cuidado de los animales, el trabajo agrícola, el tejido y el pequeño comercio, junto con la preparación de alimentos, el acarreo de agua, la recogida de leña, entre otras. Estas actividades han sido realizadas históricamente por las mujeres —y podemos añadir que por niños y ancianos también—. Además, como señalan las autoras, todas las actividades domésticas contribuyen a la unidad familiar, ya sea ahorrando, elaborando presupuestos o prestando servicios no remunerados. Sin embargo, la cuestión clave del trabajo doméstico es que ha sido —y aún sigue siendo— no reconocido y no remunerado. Esta es la razón por la que incluso las actividades productivas implicadas en el trabajo doméstico siguen sin ser consideradas como tales. Las autoras sostienen que la distinción entre trabajo productivo y reproductivo es falsa y que ha dado lugar a un supuesto tendencioso que asigna a gran parte del trabajo de las mujeres un rol secundario bajo la etiqueta de *trabajo reproductivo*.

Para nuestro análisis de la alimentación y la nutrición, es necesario reconocer que, entre las actividades domésticas, encontramos varias tareas asociadas a la producción, procesamiento, almacenamiento y preparación de alimentos. Exploramos las mismas en detalle en la segunda parte de este capítulo, pero por el momento, basta con decir que existe un estrecho vínculo entre el trabajo doméstico realizado por las mujeres y la disponibilidad de alimentos para la reproducción fisiológica de todo el hogar.

Además, la reproducción humana implica varias actividades que se han atribuido a las mujeres: gestar, criar y educar a los hijos. A estas tareas suele añadirse el cuidado de los enfermos y de los ancianos de la familia. Como ya hemos mencionado, esto no tiene su origen en una disposición

natural femenina, sino que es más bien el resultado del establecimiento del control patriarcal sobre las mujeres. La superposición de la capacidad fisiológica del cuerpo femenino para tener hijos y la subordinación patriarcal de las mujeres, con su concomitante explotación económica a través de la división del trabajo en función del género, tiene como resultado adicional la asignación de las tareas de crianza y cuidado a los miembros femeninos del hogar.

Mackintosh reflexionó sobre las relaciones bajo las que se realiza el trabajo doméstico concluyendo que el hogar es una institución económica orientada a la "producción de los productos del trabajo doméstico", que media entre dos conjuntos de relaciones: la posición subordinada de la mujer a través del vínculo matrimonial y el trabajo dentro del hogar, lo que la atrapa en una posición subordinada también dentro de la sociedad (2013). Esta observación final parece muy similar a la afirmación de Garnsey de que el estatus de la mujer dentro del hogar determinaba su posición dentro de la sociedad. Pero, ¿se traducía esto en una asignación diferencial de alimentos?

Si aceptamos que las actividades domésticas implicaban una gran cantidad de actividades productivas que incluían la producción de alimentos, su preparación y el suministro de comidas cocinadas, junto con la provisión de leña y agua para cocinar, y que el trabajo de crianza y cuidado de los miembros del hogar también descansaba principalmente en manos de las mujeres, ¿cómo debemos explicar la intrusión de una intervención patriarcal entre la manipulación de alimentos por parte de las mujeres y la asignación de alimentos, tal como sugiere Garnsey? En otras palabras, ¿cómo se llevaba a cabo la distribución de los alimentos?

Reproducción social

El concepto de *reproducción social* apunta a los procesos mediante los cuales un sistema social se reproduce a sí mismo (Federici, 2019). Partiendo de las críticas del feminismo marxista, podemos argumentar que en la época romana, al igual que en las sociedades capitalistas modernas, se superponían dos procesos distintos: la imposición del poder patriarcal y el beneficio económico resultante del control sobre la sexualidad femenina y la explotación del trabajo doméstico de las mujeres —por lo tanto, de su trabajo productivo y reproductivo—. En cuanto al primero, y en contra de los supuestos de Garnsey, es necesario subrayar que el “patriarcado”, aunque en términos generales se refiere a una organización social en la que los varones tienen el poder y el control, no describe por sí solo las formas particulares en que este poder puede articularse y ejercerse. Una vez más, nos basamos en la idea de Butler (1990) (véase el capítulo 1) de que la referencia a un estatus universal del patriarcado en el que todos los hechos de las mujeres se interpretan a través del filtro de una experiencia subyugada común puede ocultar las formas particulares en las que la estructura patriarcal ha tomado forma, así como también el modo en que las mujeres (y otros grupos) han reaccionado ante ello. Por otro lado, la naturaleza del trabajo doméstico realizado por las mujeres, su relevancia económica y las implicaciones materiales de su desempeño deben analizarse en cada contexto histórico particular, ya que es la peculiar articulación de la subyugación y explotación de los cuerpos de las mujeres y los beneficios económicos de su trabajo doméstico no remunerado lo que permite la

reproducción de todo el sistema económico y social. En este sentido, coincidimos con la afirmación de Silvia Federici (2018) de que "el trabajo doméstico es un trabajo socialmente necesario", ya que todo el sistema económico y social se sostiene, en última instancia, gracias al trabajo *invisibilizado*[138] de las mujeres (p. 95).

En las secciones siguientes, exploramos la participación de las mujeres y los niños en las distintas fases de la producción de alimentos, las actividades implicadas en el trabajo doméstico y su conexión con la alimentación. Por último, abordamos la relación entre el trabajo reproductivo y la alimentación de mujeres y niños. El trabajo productivo y reproductivo de las mujeres implicaba, en gran medida, la gestión de los recursos alimentarios. Aunque no todas las mujeres y los niños trabajaban con los alimentos, los que lo hacían se encontraban en una posición ventajosa en términos de acceso a los alimentos y contribuían, a la vez, a la seguridad alimentaria de su grupo.

6.2. El trabajo de las mujeres y los niños en los sistemas alimentarios

La agricultura era la actividad primaria que proporcionaba los alimentos necesarios para satisfacer las necesidades nutricionales de la población romana. El cultivo de plantas y la cría de ganado eran las ocupaciones de la mayor parte de la población e implicaban el acceso a recursos (tierra, herramientas, etc.), conocimientos (sobre plantas y animales, pero también sobre su procesamiento, almacenamiento y uso), su disponibilidad durante todo el año y la realización de numerosas actividades implicadas en la preparación diaria de los alimentos. Según la obra de Varrón, el proceso productivo comprendía seis etapas: preparación, siembra, cultivo, cosecha, almacenamiento y comercialización (Varr. RR I, 37). La siguiente etapa era el consumo, aunque habría que añadir también la cocción o preparación previa de los alimentos para su consumo. Así pues, frente al enfoque tradicional centrado en la producción, en esta sección se aborda toda la gama de actividades implicadas en la producción de alimentos, haciendo hincapié en la transformación, el almacenamiento y la preparación de los alimentos.

El trabajo en el campo: Preparación, Plantación, Cultivo y Recolección

La noción de una división sexual *natural* del trabajo sirvió a los autores agrícolas romanos para definir las tareas puramente agrícolas realizadas en el campo como pertenecientes a la esfera masculina (Col. *RR,* XII, Praef.). Las cuatro primeras etapas mencionadas en el tratado de Varrón —

[138] Con la *invisibilización* del trabajo productivo y reproductivo de las mujeres en el ámbito doméstico nos referimos a que el ocultamiento de esta contribución productiva y económicamente relevante de las mujeres ha sido un factor clave en la continuidad del poder de los sistemas patriarcales. La teoría económica moderna no tiene en cuenta el amplio abanico de actividades implicadas en el mantenimiento y reproducción de los grupos humanos. En este sentido, al ser consideradas como no relevantes para el análisis de la economía, han sido *invisibilizadas*. Sugiero que esta invisibilización ha tenido éxito ya que, incluso hoy en día, cuando el trabajo doméstico es reconocido y, en cierta medida, remunerado, sigue quedando fuera de los análisis económicos.

preparación, siembra, cultivo y cosecha— tenían lugar al aire libre y, como tales, se han asociado tradicionalmente al trabajo de los varones. La escasez de fuentes sobre las múltiples actividades cotidianas implicadas en el trabajo agrícola nos impide ver una imagen completa y precisa de la participación femenina e infantil. Además, dado que el contenido de los tratados agrícolas reflejaba una imagen tradicional de los roles laborales romanos en función del sexo y la edad, las tareas directamente relacionadas con el trabajo en el campo se atribuían a los trabajadores varones, algunos de los cuales se especializaban en determinadas actividades. Las mujeres aparecían , en su mayoría, dedicadas a trabajos en el interior del hogar, mientras que la presencia de niños era anecdótica. La asociación entre el *buen agricultor*, el *buen soldado* y el *buen ciudadano* ha hecho que el tratamiento del tema de la agricultura esté estrechamente ligado a los atributos de los varones (*viri*), de ahí la reticencia de los autores romanos a incluir el duro trabajo en el campo como una actividad de mujeres y niños.[139] No obstante, podemos reconstruir la contribución de mujeres y niños a través de referencias indirectas y de los silencios en las fuentes.

Los conocimientos sobre los tipos de suelo, las estaciones y el clima de las distintas regiones de Italia parecen ocupar la mayor parte de los tratados de agricultura, junto con sugerencias sobre qué especies vegetales debían cultivarse, qué animales debían criarse y los correspondientes trabajos que debían realizarse en la finca rural. La conservación de la *villa* incluía también el mantenimiento del equipamiento, de los edificios —la granja, la sala de prensado de aceitunas, el piso de trillado— y, por supuesto, del personal que realizaba el trabajo físico. Los autores describieron distintos tipos de trabajadores entre el equipamiento adecuado para el mantenimiento de una finca: Catón (*Agr.*, I, 10-11) estableció que el personal adecuado para un olivar o para un viñedo de 240 o 100 *iugera* respectivamente, a excepción de la *vilica*, eran todos hombres. Columela se refirió a las jornadas de trabajo necesarias para llevar los productos al piso de trillado, y mencionó la intervención de los labradores, los segadores, los azadores, los escardadores y los segadores (*RR*, II, 12). Los términos utilizados para referirse a estos trabajos son sustantivos masculinos: *bubulcus*, *occator*, *sartor*, *runcator*, *messor*. Por otra parte, Varrón mencionó la participación de toda la familia en la producción en los hogares pequeños. El autor afirmó que: "Toda la agricultura es llevada a cabo por los hombres" ("Omnes agri coluntur hominibus") y añadió que los hombres libres, cuando labraban ellos mismos la tierra como hacían muchos pobres, lo hacían con la ayuda de sus familias ("liberis, aut cum ipsi colunt, ut plerique pauperculi cum sua progenie") (Varr. *RR*, I, 17). En este caso, la participación de todos los miembros de la familia es referida, independientemente de su género.

La cuestión del trabajo de las mujeres en la agricultura fue explorada por Scheidel en su influyente artículo de 1995.[140] A través de pruebas comparativas de otros contextos históricos, dio argumentos convincentes para situar a las mujeres en el trabajo de campo junto a los hombres. Scheidel mencionó un pasaje de Varrón en el que comentaba que debía haber lana preparada y peinada para

[139] La asociación entre soldado-ciudadano-agricultor es mencionada por Plinio (*NH* 18, 19-21), Catón (*Agr.*, I, 1) y Columela (Col. RR, XII, 1).
[140] La obra consta de dos partes: la primera se publicó en 1995 y la segunda en 1996.

que las mujeres pudieran realizar el trabajo de la lana durante los días de lluvia, frío o heladas, cuando el trabajo en el campo se veía impedido (Col. *RR*, XII, 3, 6).[141] En su artículo, el autor vinculaba la participación femenina en las labores del campo al tamaño de la unidad agraria y a la fuerza y disponibilidad de mano de obra. También se refirió al concepto de *ciclo vital del hogar*, que apuntaba a los cambios en la composición por edades y al tamaño de la familia a lo largo del tiempo, y a la frecuente participación de los campesinos en actividades militares que causaban pérdidas temporales de mano de obra agrícola. De todo ello concluyó que parecía probable que las mujeres "fueran llamadas, al menos en ciertos momentos, a realizar todo tipo de trabajos agrícolas" (p. 211).

Además del trabajo propiamente dicho de preparación de la tierra y de la siembra, el cultivo de plantas implicaba varias tareas que se abordaron marginalmente en los tratados. El cuidado de las plantas a lo largo de todo su ciclo incluía observación e intervención adecuadas. Según Columela, había varios cultivos que respondían negativamente a la presencia de las mujeres:

> Sin embargo, hay que tener cuidado de que se admita lo menos posible a una mujer en el lugar donde se plantan pepinos y calabazas, porque normalmente el crecimiento de la materia verde se detiene en contacto con una mujer; de hecho, si ella también está en el período de la menstruación, matará el producto joven con sólo mirarlo. (Col. *RR*, XI, 48)[142]

Plinio hizo una observación similar, afirmando que todas las plantas del jardín se volvían amarillas cuando las mujeres menstruantes se acercaban a ellas (*NH* 19, 177). Al mismo tiempo, la presencia de mujeres en los campos también se consideraba beneficiosa, ya que tanto Columela (Col. *RR*, XI, 64) como Plinio (*NH* 28, 77) observaron que pequeñas alimañas y otros insectos morían por la poderosa influencia —en realidad la fuerza (*vis*)— del fluido menstrual de las mujeres.[143]

---

[141] “pluviis vero diebus, vel cum frigoribus aut pruinis mulier sub dio rusticum opus obire non potuerit, ut ad lanificium reducatur praeparataeque sint et pectitae lanae, quo facilius iusta lanificio persequi atque exigere possit”.

[142] “Sed custodiendum est, ut quam minime ad eum locum, in quo vel cucumeres aut cucurbitae consitae sunt, mulier admittatur. Nam fere contactu eius languescunt incrementa virentium. Si vero etiam in menstruis fuerit, visu quoque suo novellos fetus necabit.”

[143] Las referencias de ambos autores señalaban la presencia de mujeres en los campos (arvum) y en los jardines (hortus). Como afirmaba Plinio "Tanto mayor es entonces el poder de una mujer menstruante. Pero en cualquier otro momento de la menstruación, si las mujeres recorren desnudas los camposl, caen al suelo orugas, gusanos, escarabajos y otras alimañas. Metrodoro de Escepsos afirma que el descubrimiento se hizo en Capadocia debido a la plaga de la mosca española, por lo que las mujeres caminan, dice, por en medio de los campos con la ropa recogida por encima de las nalgas. En otros lugares se mantiene la costumbre de que caminen descalzas, con el pelo revuelto y con la faja suelta. hay que tener cuidado de que no lo hagan al amanecer, pues la cosecha se seca, dicen, las vides jóvenes se dañan irremediablemente con el tacto, y la ruda y la hiedra, plantas del más alto poder medicinal, mueren al instante". ("tanto vim esse maiorem, quocumque autem alio menstruo si nudatae segetem ambiant, urucas et vermiculos scarabaeosque ac noxia alia decidere. Metrodorus Scepsius in Cappadocia inventum prodit ob multitutinem cantharidum; ire ergo per media arva retectis super clunes vestibus, alibi servatur ut nudis pedibus eant capillo cintuque dissoluto. cavendum ne id oriente sole faciant, sementim enim arescere, item novella tactu in perpetuum laedi, rutam et hederam res medicatissimas ilico mori.")
Columela se refirió a la autoridad de Demócrito: "Demócrito, en el libro titulado *Sobre la antipatía*, declara que estas mismas pequeñas alimañas muere si una mujer, que está en estado de menstruación, da tres vueltas alrededor de cada lecho con los cabellos sueltos y los pies al aire; pues después de esto todos los pequeños gusanos caen a tierra y así mueren" ("Sed Democritus in eo libro, qui Graece inscribitur peri antipathon, adfirmat has ipsas bestiolas enecari, si mulier, quae in menstruis est, solutis crinibus et nudo pede unamquamque aream ter circumeat; post hoc enim decidere omnes vermiculos et ita emori.")

Hablando de la *vilica*, Columela mencionó que su trabajo no constituía una tarea sedentaria puesto que debía desplazarse de un lugar a otro supervisando las múltiples actividades que se llevaban a cabo en la propiedad (Col. *RR*, XII, 3, 7). Además, recomendaba que, aunque los preparativos de la vendimia estuvieran bajo la supervisión del *vilicus*, la *vilica* debía ser instruida también en ellos, para que comprendiera las operaciones relacionadas con la llegada de la cosecha a la casa, tarea de la que estaba encargada (Col. *RR,* XI, 64). Estas referencias contribuyen a situar a la mujer, al menos temporalmente, en un contexto agrícola al aire libre.

Las referencias a los niños en el campo son aún más escasas, y a veces se utilizan como referencias retóricas para referir a trabajos ligeros. Por ejemplo, Columela menciona que los helechos se destruían fácilmente con la siembra y el abono, y que cualquiera podía cortarlos con la hoz, siendo un trabajo que incluso un niño podía hacer (Col. *RR*, II, 2). En otro pasaje, hablando de viticultura, el autor señalaba que deshojar los sarmientos estériles era una tarea propia de cualquiera, incluso de un niño (Col. *RR*, IV, 27) y, del mismo modo, que un niño podía podar un *iugerum* de viña al día (Col. *RR*, XI, 44).[144] Aunque la idea de que incluso un niño podía hacer una determinada tarea puede interpretarse como una simple expresión, también implica la posibilidad de que esas tareas fueran realizadas efectivamente por los niños de la casa. Además, la noción de que en las casas pequeñas toda la familia se dedicaba a las labores agrícolas puede indicar que la presencia tanto de mujeres como de niños era habitual.

El trabajo agrícola representado en los tratados de agricultura se orientaba principalmente al cultivo de cereales, vid y olivo, y a la comercialización interregional. El cultivo del *hortus*, en cambio, aparece en varias fuentes como una práctica habitual desde la antigüedad, y como una importante fuente de hortalizas y hierbas para el hogar, que eran relevantes para el suministro de ingredientes frescos, así como también para sazonar la comida cotidiana.[145] Columela dedicó un libro entero al *hortus*, en una referencia literaria antes que como una descripción de su cultivo. Plinio el Viejo comentaba que la mujer de la casa (*matrem familias*) era la responsable del cultivo del *hortus* y que la capacidad de su producción para abastecer a la familia era clave porque así no habría necesidad de recurrir al mercado en busca de alimentos, lo que se consideraba una muestra del valor de la mujer (*NH* 20, 57). El autor sostuvo que, en época regia, *hortus* era sinónimo de patrimonio familiar (*NH* 19, 50), y que en Roma el huerto era "la granja del pobre", ya que abastecía de alimentos a las clases bajas (*NH* 20, 51-52).[146] El cultivo del huerto cumplía, además, un papel fundamental al proporcionar una buena

[144] "Namque constat filicem sationibus et stercoratione facilius interimi. Verum et si subinde nascentem falce decidas, quod vel puerile opus est, intra praedictum tempus vivacitas eius absumitur."
"Ab Idibus usque in Kalendas Iunias veteranam vineam, priusquam florere incipiat, iterum fodere oportet, eandemque et ceteras omnes vineas identidem pampinare. Quod si saepius feceris, puerilis una opera iugerum vineti pampinabit."

[145] Tanto White (1970) como Frayn (1979) mencionaron en sus obras la importancia del cultivo del *hortus*. White habló de la infravalorada relevancia económica de su producción, mientras que Frayn, en el cuarto capítulo de su libro, se refirió a la importancia del *hortus* y de las plantas silvestres como fuentes de alimento.

[146] "Romae quidem per se hortus ager pauperis erat; ex horto plebei macellum, quanto innocentiore victu (...) at, Hercules, quam vilia haec, quam parata voluptati satietatique, nisi eadem quae ubique indignatio occurrere."

cantidad de artículos alimenticios que estaban siempre disponibles y no requerían fuego para ser cocinados (*NH* 20, 57). Desde una perspectiva nutricional, Plinio sugería que las ensaladas y los productos del *hortus* que se comían crudos no sobrecargaban ni los sentidos ni el cuerpo, siendo fáciles de digerir (*NH* 20, 58). Esta reflexión del autor escondía una observación moral: el *hortus* era la fuente tradicional de alimentos, hierbas y condimentos, y satisfacía las necesidades alimentarias de los sencillos habitantes de la Roma primitiva y de las clases bajas, al tiempo que proporcionaba sabor a sus platos sin necesidad de recurrir al mercado. Además, el autor afirmaba que en épocas anteriores incluso las clases bajas que vivían en la ciudad de Roma, y sin acceso a un terreno, cultivaban hortalizas en las ventanas de sus apartamentos (*NH* 20, 53). Por el contrario, observaba que sus contemporáneos dependían de los artículos de lujo traídos de lugares lejanos y vendidos a precios ridículos en el mercado, alejándose del tradicional modo de vida romano (*NH* 20, 58).

Cría de animales

La presencia de animales en la unidad agraria estaba asociada a la cría de animales para la obtención de carne y de numerosos subproductos (lana, leche, huevos, piel, etc.), pero también a las exigencias de los cultivos, en los que los animales también formaban parte de la mano de obra. La cría de animales estaba vinculada al trabajo de los varones, y los agrónomos señalaban la presencia de varios pastores bajo la dirección de un jefe de rebaño. Varron afirmaba que se tenía en cuenta la edad y la fuerza para designar a los pastores encargados del cuidado de los animales: se sugería a los hombres mayores para el cuidado del ganado mayor, y a los muchachos (*pueros*) para los animales más pequeños; los hombres jóvenes (*iuventutem*) eran designados para recorrer los caminos siguiendo a los animales, mientras que "no sólo los muchachos, sino incluso las muchachas" eran elegidos para cuidar de los animales en la granja. Aunque esta división del trabajo sugerida se ajustaba a la tradicional (hombres adultos para las tareas al aire libre), se mencionaba explícitamente la participación activa de niños de ambos sexos (Varr. *RR*, II, 10). Varrón también se refirió a "la venus de los pastores": la pastora. Aunque las tareas que se le asignaban se describirán en la siguiente sección ("Trabajo doméstico y de mantenimiento"), es importante destacar que estaba destinada a acompañar a los pastores para seguir a los rebaños por los valles montañosos y las tierras boscosas. El autor señala que las mujeres que realizaban este trabajo lo hacían en condiciones similares a las de los hombres, y que a estas tareas se sumaban a las relacionadas con las actividades de mantenimiento y reproducción. Los niños también se dedicaban a domar caballos (Varr. *RR*, II, 7) y Varrón menciona a un mozo de cuadra que se ocupaba de los asnos (Varr. *RR*, III, 17).

Columela, por su parte, mencionaba que una anciana o un muchacho (*anus sedula vel puer*) debían ayudar al encargado de dar de comer a las aves (Col. *RR*, VIII, 2, 6). Además, en la descripción que hace el autor del *vilicus* ideal, recomienda que el hombre elegido para la tarea sea alguien curtido en las labores del campo desde su infancia (Col. *RR*, I, 8). Por lo tanto, podemos deducir la presencia y participación de los niños en las actividades de la propiedad desde una edad temprana.

El cuidado de los animales, tanto en el contexto de la granja como en los pastizales, implicaba la presencia y el trabajo de mujeres y niños. Estas actividades, relacionadas con la cría de ganado, eran sólo una parte de las etapas necesarias para la producción de alimentos. Y aunque se hacía referencia a los procesos implicados en la elaboración de subproductos animales como pertenecientes a una etapa separada, en realidad ambos ocurrían sincrónicamente.

Del campo a los almacenes

La siguiente etapa mencionada en la obra de Varrón apuntaba a la manipulación de los productos cosechados y a los procesos necesarios para que estuvieran disponibles para el consumo humano o animal a lo largo del año, o para ser intercambiados en el mercado —preferentemente, como sugería el autor, cuando el precio era elevado (Varr. *RR*, I, 69). Más adelante, en el primer libro de su tratado, Varrón reforzaba esta noción al afirmar que los productos almacenados, cuidadosamente preparados y guardados, sólo debían sacarse del almacén si iban a ser protegidos, consumidos o vendidos (*tuenda, utenda, vendunda*) (Varr. *RR* I, 62). La importancia del almacenamiento también fue destacada por Columela, quien sugirió que una parte de la *villa* se dedicara exclusivamente a ese fin.[147]

La persona encargada de supervisar y controlar "todo lo que venía del campo", es decir, los frutos del trabajo agrícola (Col. *RR*, XII, 1) era la *vilica*. También era responsable del racionamiento de esos bienes, decidiendo qué se apartaba para el consumo inmediato y qué se almacenaba para uso futuro (Col. *RR*, XII, 1). Aparte de éstas, había otras dos actividades importantes: la transformación y la conservación. El procesamiento incluía todos los pasos que había que seguir para transformar los productos recolectados en alimentos aptos, ya fueran para ser cocinados o para el consumo directo por parte de seres humanos y otros animales. La conservación hacía referencia a las múltiples técnicas utilizadas para que esos alimentos estuvieran disponibles para su consumo incluso después de su temporada de recolección.

En varios pasajes de la *Naturalis Historia*, Plinio menciona la conservación de productos naturales no sólo para su uso como alimentos y medicinas, sino también como amuletos,[148] y se refiere a los almacenes para los distintos productos (*cibarium, carnarium, cellarium*).[149] Se menciona

---

[147] El autor afirmaba que, tras la inspección del clima de la región y la naturaleza del terreno, la *villa* debía dividirse en tres partes: la *pars urbana*, que contenía los apartamentos del propietario; la *villa rustic*a, que incluía la granja y las dependencias para los *vilici* (administradores), los esclavos y el ganado; y la *villa fructuaria* o almacén ("et dividatur in tres partes, urbana, rusticam, fructuariam") (Col. *RR*, I, 6). Varrón hablaba incluso de almacenes especialmente construidos y preparados para conservar la fruta (*oporotecas*) (Varr. *RR*, I, 59).
[148] Cereales, hortalizas y otras plantas se conservaban como alimento: cereales: *NH* 18, 79; 18, 301 cereales; calabazas: 19, 74; nabo 19, 75; endibias 19, 129; y achicoria 19, 142; aristoloquia 25, 97; pétalos de rosa 21, 125; moscas 29, 95. La ruda, la pera silvestre y la leche de la lechuga se almacenaban para diversos usos medicinales (*NH* 20, 61; 23, 116), mientras que otros artículos se conservaban y almacenaban por su uso tanto alimentario como medicinal: urtica 22, 35 (véase el capítulo siguiente); anonis 17, 29.
[149] cibarium *NH* 18, 79; *carnarium* 18, 227; 19, 160; *cellarium* 19, 118.

explícitamente que los productos debían almacenarse para que estuviesen disponibles cuando se necesitaran, ya fuera como alimento para la época de escasez o como medicinas en caso de enfermedad.[150] Asimismo, tanto Catón como Columela destacaron la importancia de la conservación de varias hierbas y verduras para su uso como alimento y como medicina (Catón *Agr*., I, 156/7; Col. *RR*, XII, 4, 7).

En los tres tratados encontramos numerosas instrucciones sobre cómo proteger los edificios donde se almacenaban los productos (Catón, *RR,* I, 91-92) y cómo conservar los distintos productos (aceite, vino, cereales). Pero, sobre todo, se proporcionan recetas variadas para la preparación de los medios con los que debían conservarse estos productos. Las indicaciones sobre cómo preparar sal marina, salmuera, vinagre, mosto y *amurca* están presentes en los tres tratados. Columela menciona explícitamente la época del año en que debían prepararse para que estuvieran listos cuando se realizara la cosecha de la fruta (Libro XII).

Las instrucciones sobre el tratamiento y la conservación de los alimentos se recogen en el Libro XII de la obra de Columela, dedicado a los deberes de la *vilica*. El autor organizó el tratamiento de estos temas coincidiendo con las estaciones. Comenzó con los trabajos de primavera (*RR*, XII, 4, 3), seguidos de los del verano (*RR*, XII, 4, 14), el otoño (*RR*, XII, 46) y, por último, el invierno (*RR*, XII, 52). Esto demuestra que las tareas de la *vilica* variaban en función de los ciclos naturales y que sus intervenciones en la elaboración y conservación de los alimentos se distribuían a lo largo del año. También es preciso tener en cuenta que las actividades de mantenimiento doméstico debían realizarse a diario, por lo que las mujeres tenían que coordinar ambas actividades en todo momento. La observación del autor de que la *vilica* debía permanecer en un mismo lugar el menor tiempo posible dado que sus tareas no eran sedentarias (Col. *RR*, XII, 3, 6) cobra sentido si tenemos en cuenta que el trabajo doméstico diario y las actividades estacionales, que dependían de diversos factores, debían realizarse sincrónicamente (Col. *RR*, XII, 51, 1-2).

Entre las actividades primaverales, encontramos la producción de vinagre de vino y de salmuera para conservas (Col. *RR*, XII, 4).[151] También hay instrucciones sobre cómo encurtir hierbas, hacer leche agria y conservar lechugas, una vez terminadas las siembras temprana y trimestral (Col. *RR*, XII, 4, 1). En concreto, las hierbas debían recogerse y conservarse en torno al equinoccio de primavera. Columela dió instrucciones específicas respecto de qué parte de la planta había que recolectar, es

[150] En el caso de los cardos, Plinio decía que se conservaban para garantizar su disponibilidad para la cena diaria (*NH* 19, 153). Se decía que el hinojo gigante se almacenaba en ollas en Italia como alimento para todo el año (*NH* 19, 175), y el elafoboscón (una especie de chirivía silvestre) se conservaba para su uso futuro como medicina (*NH* 22, 79). Los medios de conservación eran la salmuera, la miel y la sal.

[151] El vinagre se elaboraba a partir del vino que se estropeaba y Columela proporcionaba una receta para hacerlo. Así pues, había que disponer de otras cosas además del vino, y la persona encargada de almacenarlas -y de recordar dónde estaban cuando se necesitaban- era la *vilica*. La producción de salmuera implicaba una observación continua del proceso (comprobando día a día si había alcanzado la madurez). La exposición de los recipientes al sol era una medida complementaria para garantizar la calidad de la salmuera (Col. *RR*, XII, 6, 2). Otra preparación para conservar el vino implicaba el uso de varias hierbas como el yeso, el fenogreco y el junco dulce (Col. *RR*, XII, 28).

decir, brotes, tallos, hojas, flores. Estas hierbas debían conservarse mediante un método de encurtido en una mezcla de salmuera y vinagre, que debía estar recién hecha, según el orden establecido por el autor. Sin embargo, mientras que algunas hierbas se colocaban en bandejas, se espolvoreaban con sal y se ponían a la sombra para eliminar la humedad, otras debían secarse antes en el interior. Cada hierba debía guardarse en su propio recipiente para estar lista para su uso.[152]

El verano era también la época en que había que limpiar las colmenas y fabricar la miel y la cera. Pero, si bien esto no era tarea de la *vilica*, se requería su presencia junto con las personas designadas para realizar tales actividades y su cuidadosa custodia de los frutos (Col. *RR*, XII, 10). La miel era un elemento importante que había que tener almacenado, ya que se utilizaba como medio de conservación de los frutos y con fines medicinales (Col. *RR*, XII, 11, véase también el capítulo siguiente). En este sentido, la extracción adecuada de la cera de abejas y la preparación tanto de agua de cera de abejas (*mella*) como de agua de miel (*aqua mulsa*) eran esenciales. El queso para uso doméstico también debía elaborarse en verano, pero esto era tarea del pastor. La referencia del autor a esta actividad en este libro puede sugerir que era responsabilidad de la *vilica* velar por que ésta y otras actividades se llevaran a cabo correctamente. Otras hierbas como la verdolaga y el hinojo marino debían limpiarse, ponerse a la sombra, rociarse con sal y sumergirse en vinagre (ya que la salmuera no era adecuada para ellas).

En verano había que recoger o almacenar otras cosechas (Col. *RR*, XII, 10). Se utilizaba una mezcla de cebolla pompeyana, tomillo, mejorana, salmuera y vinagre para conservar las cornejas (*corna*), las ciruelas de color ónice (*pruna onychina*) y las ciruelas silvestres (*pruna silvestria*), así como también varios tipos de peras y manzanas (*pirorum et malorum condiuntur*). Para algunas de ellas era necesaria una preparación previa: había que secarlas a la sombra y espolvorearlas con sal para evitar la formación de gusanos. El mosto, subproducto del proceso de elaboración del vino, también se utilizaba en la conservación de frutas. Varios tipos de peras se conservaban en una vasija de barro tratada con brea y rellena de vino de pasas (otro subproducto de la vinificación). Las peras, manzanas e higos secos servían de alimento a la gente del campo (*rusticis*) en la estación fría. Según Columela, se utilizaban en lugar del condimento (*pro pulmentario*) (Col. *RR*, XII, 14). Para poner los frutos a secar se utilizaba una estructura hecha de juncos, cañas y estacas para separarlos del suelo húmedo, y se utilizaban juncos tejidos, paja o helechos para hacer un techo que los protegiera del rocío nocturno o de la lluvia. Una vez secos, los frutos se almacenaban en vasijas selladas con brea y se colocaban en almacenes secos (*in horreum siccissimum*) para conservarlos. Otra forma de conservar los higos consistía en hacer bolas con una pasta hecha de higos secos, envolverlas con una hoja de higuera, ponerlas al sol y guardarlas en un desván (Col. *RR*, XII, 15). Las manzanas se ponían en vasijas tratadas con brea y se enterraban con la cara hacia abajo en zanjas de dos pies de profundidad (Col. *RR*, XII, 16).

[152] La conservación de la lechuga, la achicoria, la ruda, el tomillo, la ajedrea, la mejorana y el rábano silvestre se realizaba en primavera. Varios de los productos incluidos en la obra de Columela también son mencionados por Plinio.

Los recipientes para la fruta, como barriles, tinajas, vasijas y cestos, el afilado de las herramientas y la producción de cuerdas y tinajas debían hacerse antes de la vendimia (Col. *RR*. XII, 18). La preparación de vasijas y tinajas duraba varios días e implicaba muchos pasos diferentes que debían llevarse a cabo cuidadosamente para que fueran aptas para la conservación de las vides.[153] Todas estas tareas, incluida la limpieza previa con agua de mar, formaban parte de las obligaciones de la *vilica*.[154] Existían instrucciones específicas para la conservación de cada artículo, por ejemplo, en el caso de la aceituna pausana u *orchita*, se exigían vasijas de barro nuevas no tratadas con brea (Col. *RR*, XII, 49, 11).

Hervir el mosto para su reducción llevaba tiempo y requería una vigilancia constante. Aunque en sentido estricto esto no era tarea de la *vilica*, ella sí era responsable de que se llevara a cabo con éxito, ya que debía apuntar y controlar a la persona encargada de cocer el mosto (Col. *RR*, XII, 20, 2). No obstante, una vez que el mosto se había reducido a un tercio se requería la intervención directa de la *vilica*, quien era la encargada de añadir las especias y de dar la orden de remover el producto del caldero con un cucharón de madera (Col. *RR*, XII, 20, 4).

Algunos de estos productos, como el *defrutum* o el agua de mar destinada a la conservación, debían reposar varios años antes de ser consumidos (Col. *RR* XII, 21, 1; XII, 26, 2).[155] Otros procedimientos, como la elaboración del vino, exigían la intervención de la *vilica* en distintos momentos: cuando se procesaba la fruta y, posteriormente, cuando se introducía en tinajas y se dejaba reposar. Eran necesarios controles periódicos, que implicaban una gran atención a las condiciones climáticas y el conocimiento de las características del vino en ese momento (Col. *RR* XII, 30); incluso había formas de salvar el vino que se había echado a perder debido a olores o a la presencia de animales muertos en la tinaja (Col. *RR*, XII, 30-31). En las fuentes se mencionan diferentes tipos de vino, algunos de ellos preparados con fines medicinales.

Los trabajos de la estación otoñal se añadían, según Columela, a las tareas cotidianas de la *vilica* (Col. *RR*, XII, 46). Se proveen más técnicas de conservación de la fruta. Algunas consistían en embadurnar la fruta en barro de alfarero, otras en miel líquida. Esta técnica en particular, además de

[153] En la narración de Columela, muchas de las instrucciones para preparar los recipientes y recoger las uvas para la producción de mosto estaban relacionadas con las condiciones astronómicas y climáticas. El tratamiento de los recipientes con brea debía realizarse en un día tranquilo y sin viento, para que los recipientes no reventaran con el fuego que se les aplicaba (Col. *RR*, XII, 18, 7); la recogida de agua de mar debía hacerse cuando los vientos estuvieran en calma y el mar tranquilo (Col. *RR*, XII, 25, 4), y la recolección de vides para mosto debía realizarse cuando la luna estuviera menguante y bajo la Tierra, y en un día tranquilo y seco (Col. *RR*, XII, 19, 3). Estas indicaciones vinculaban las actividades de transformación de los frutos del cultivo con la observación atenta de las estaciones y del tiempo. La persona encargada de decidirlas y llevarlas a cabo (la *vilica*) no sólo debía ser consciente del momento adecuado para realizar cada operación, sino también tener la experiencia y los conocimientos necesarios para decidir y supervisar la correcta realización de cada paso.

[154] La preparación del agua de mar también se señalaba como parte del trabajo de las mujeres incluso en el libro sobre los *vilicus* (Col. *RR*, XI, 64). Se afirmaba que en los distritos alejados del mar, el agua de mar podía sustituirse por agua de lluvia o de manantial limpia (Col. *RR*, XII, 25, 1-2); sin embargo, su preparación requería cinco años antes de que pudiera utilizarse como conservante.

[155] Columela afirmó que su tío paterno, Marco Columela, almacenaba agua de mar durante seis años antes de reducirla y utilizarla como conservante para el vino (Col. *RR*, XII, 21, 5). Las aceitunas pausanas se conservaban bien durante un año (Col. *RR*, XII, 49, 8).

conservar la fruta, proporcionaba un líquido con sabor a miel y agua, llamado *melomeli*, utilizado para los pacientes con fiebre (Col. *RR*, XII, 47). La descripción de la preparación de un remedio contra los cólicos, en la que un niño revolvía una mezcla de varias frutas y mosto con una rodaja de madera o una caña para que no se quemara, sugiere la participación de niños en la realización de estas actividades (Col. *RR*, XII, 42).

En invierno, la *vilica* también se encargaba de muchas tareas que incluían la supervisión de la cosecha de aceitunas, su conservación y la elaboración del aceite de oliva. Algunas aceitunas se conservaban para ser utilizadas en comidas especiales con invitados (*conviviorum*) (Col. *RR*, XII, 50, 1). El mes de diciembre era señalado como la época más adecuada para la elaboración del aceite, mientras se realizaba la recolección de la aceituna (Col. *RR*, XII, 52, 1). La recogida y el prensado de las aceitunas continuaban durante el mes de enero. Columela destacó la importancia de evitar la formación de lías, que eran un obstáculo para el aceite de oliva, especialmente para el aceite destinado a ser consumido como alimento (*oleum cibarium*) (Col. *RR*, XII, 52, 18). Si bien el cultivo del olivo se trata en el Libro V, las actividades que tenían lugar después de la recolección del fruto entraban en el ámbito de la *vilica*, por lo que se explican en el Libro XII.

En este Libro XII también se incluyen instrucciones precisas sobre cómo matar, salar y preservar los cerdos (Col. *RR*, XII, 55), junto con referencias a la mejor fase lunar (menguante) y al mejor momento de la temporada (febrero) para llevar a cabo estos procesos. Se hacen referencias similares a cómo encurtir nabos y rábanos, y cómo preparar mostaza.

Todas estas actividades, que se llevaban a cabo durante todo el año y estaban bajo la supervisión de la *vilica*, resultaban esenciales, ante todo, para garantizar la seguridad alimentaria del hogar (es decir, que todos los habitantes dispusieran de alimentos en todo momento del ciclo). Sin embargo, dado que la *villa* estaba orientada a la producción a gran escala para el intercambio y el beneficio, el procesamiento y el almacenamiento de la cosecha eran factores clave para garantizar la conservación de los productos hasta su intercambio en el mercado o a través de canales alternativos. Como se analizó en el capítulo 3, había algunos alimentos que podían almacenarse durante largos períodos sin que se echaran a perder. Sin embargo, otros productos, como frutas, verduras y hierbas, necesitaban ser procesados y conservados para durar más allá de su temporada de cosecha. De todo lo anterior, quisiéramos destacar que el procesamiento, la conservación y el almacenamiento de los frutos del trabajo agrícola deben reconocerse como procesos clave para disponer de alimentos durante todo el año, por lo que es necesario incorporarlos al marco de la producción alimentaria. Además, teniendo en cuenta que todas estas actividades estaban destinadas a garantizar el funcionamiento de la propiedad, cumplían el doble objetivo de proporcionar sustento a todos los miembros del hogar (incluidos los animales) y de producir un excedente en beneficio del propietario. En este escenario, aunque la *vilic*a estaba sometida al control de su homólogo masculino (el *vilicus*) y de los propietarios de la finca (los *domini*), desempeñaba un papel clave en la consecución de ambos objetivos.

Como señala Laes (2008), el concepto de trabajo infantil no existía en la Antigüedad y, por lo tanto, la importancia económica de las actividades realizadas por los niños no es reconocida en los escritos de los agrónomos. En el caso de las mujeres, aunque era poco probable que hubiera una sola trabajadora en una propiedad, las referencias se reducían a las figuras de la *vilica* y la pastora. Esto puede deberse a convenciones sociales y literarias, según las cuales la descripción de las actividades femeninas estaba atravesada por los roles de género tradicionales: ambas mujeres eran presentadas como compañeras de los trabajadores masculinos y, al mismo tiempo, realizando las labores domésticas y de mantenimiento. Es probable que los trabajos asignados a la *vilica* fueran realizados por varias personas: mujeres acompañadas de niños y ancianos en el caso de las pequeñas unidades domésticas, y quizá un grupo más numeroso en el contexto de las unidades domésticas ampliadas.

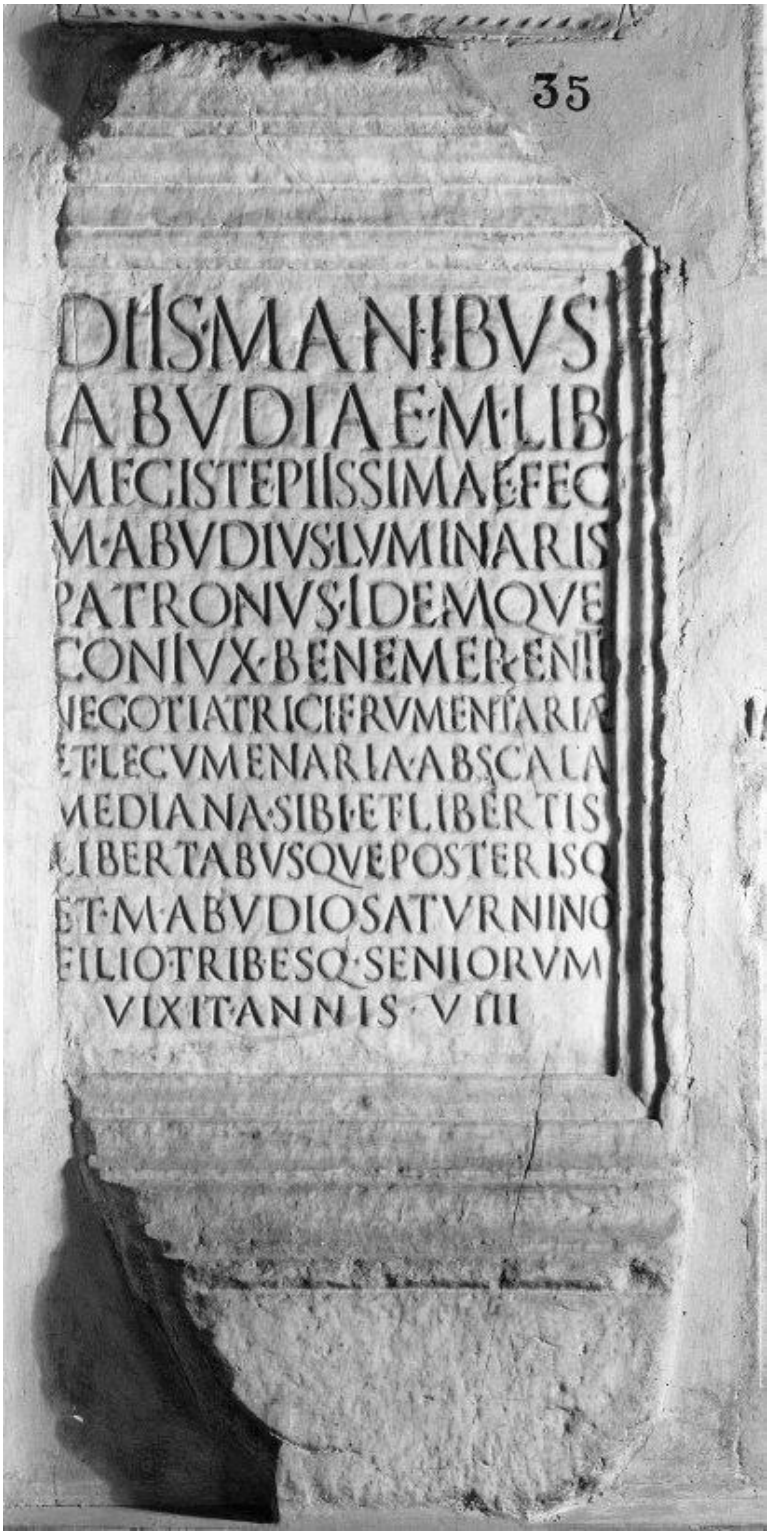
Comercialización

La última etapa mencionada por Varrón es la comercialización, pero las referencias en los tratados agrícolas a la comercialización de los productos, y al papel de las mujeres en ella, son escasas. Sin embargo, el registro epigráfico ofrece algunas pistas sobre las posibles formas en que las mujeres participaban en el comercio de productos alimenticios fuera de la propiedad agrícola.[156] Susan Treggiari (1976) inició la investigación sobre el papel de la mujer en la economía romana, centrándose en las clases bajas. Analizó inscripciones y registró los múltiples trabajos desempeñados por las mujeres en el contexto urbano. En las décadas siguientes, otros estudiosos continuaron la labor de reconocimiento de la presencia de la mujer como trabajadora en la esfera pública. Entre las trabajadoras relacionadas con la alimentación, encontramos a una comerciante de cereales y legumbres (*negotiatrici frumentaria CIL* VI, 09683. Véase la figura 3); Pollecla, que vendía verduras (*CIL* 6, 9684); una vendedora de legumbres (*fabaria CIL* III, 00153) llamada Antistia Victorina, y una vendedora de semillas (*seminaria CIL* XIV, 2850). También hay una inscripción para la liberta Aurelia Cai, que vendía pescado (*piscatrix- CIL* VI 9801. Ver Figura 4), y dos mujeres que trabajaban con sus maridos: una vendiendo conservas (*conditaria CIL* VI, 9277), y la otra, Valeria Euterpia, que era una panadera (*furnaria*) de Cartago (Treggiari, 1976; Guillamón, 2003; Holleran, 2013; Pardo Torrentes, 2014; VanderPloeg, 2016; Becker, 2016; Hemelrijk, 2020). Las mujeres también son visibles en imágenes de venta de alimentos, como en el relieve del siglo II, donde una mujer detrás de un puesto donde se vendían aves de corral y verduras (véase la figura 5) mantiene un intercambio con un cliente; otro relieve muestra a una mujer en un puesto de verduras (figura 6). Green (2020) analizó lo que estas imágenes podían decirnos sobre las interacciones físicas de los romanos no pertenecientes a la élite y la materialidad de sus rutinas cotidianas, y comentó que en ambos casos, lejos de ser ignoradas, las mujeres interactúan con otras personas y se relacionan con el espectador, poniendo así de relieve la dignidad y el estatus adquiridos a través de su trabajo.

Figura 3

[156] La comercialización de los productos podría tener lugar en la propiedad rural, pero en este capítulo nos referimos a la venta de productos alimenticios en el contexto urbano.

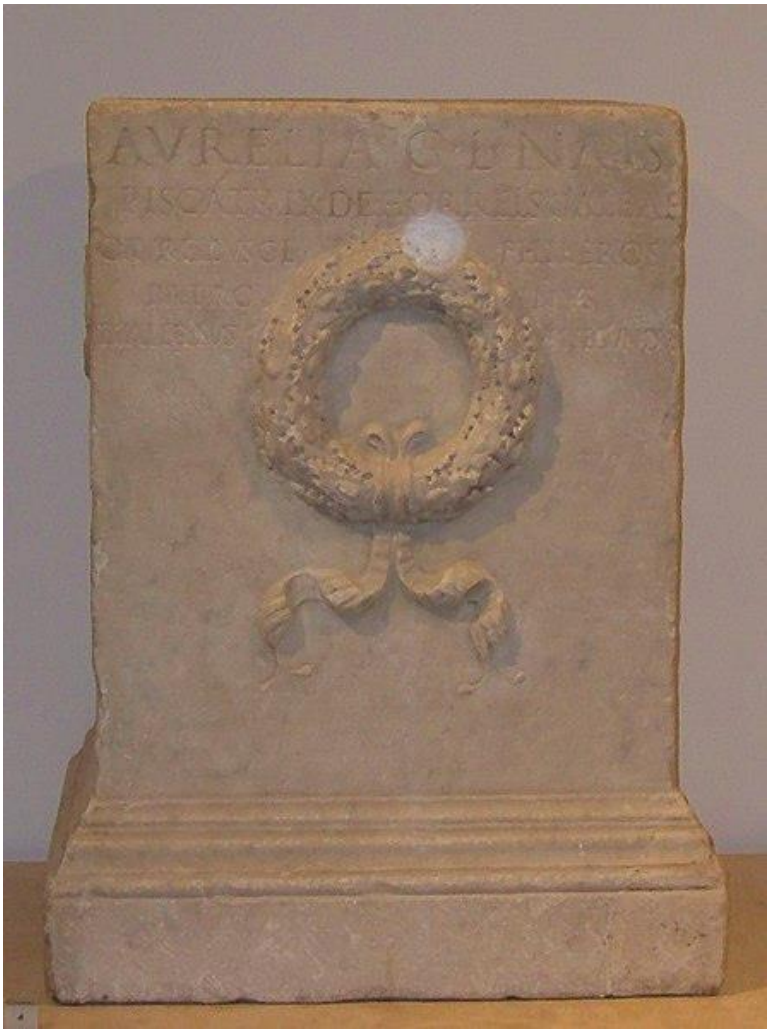
Epitafio de Abudia Megiste: negotiatrici frumentariae e leguminariae



Nota. Transcripción: *Di{i}s Manibus / Abudiae M(arci) lib(ertae) / Megiste piissimae fec(it) / M(arcus) Abudius Luminaris / patronus idemque / coniu(n)x bene merenti / negotiatrici frumentariae / et legum<i=E>naria(e) ab scala / mediana sibi et libertis / libertabusque posterisq(ue) / et M(arco) Abudio Saturnino / filio trib(ulo) Esq(uilinae) seniorum / vixit annis VIII. CIL* VI, 09683 Abudia Megiste, Roma.

Figura 4

Epitafio de Aurelia Cai: piscatrix



Nota. Transcripción: *Aurelia, Cai liberta, Nais, piscatrix de horreis Galbae. Caius Aurelius, Cai libertus, Phileros, patronus, Lucius Valerius, Luci libertus, Secundus*. *CIL* VI, 9801 - Aurelia Cai (piscatrix) - Roma - Siglo 2 n.e.

Es necesario admitir que las mujeres que trabajan en relación con la alimentación representan una pequeña parte del registro inscripcional y visual. Por lo tanto, estos ejemplos aislados no permiten generalizar sobre el grado de participación de las mujeres en la comercialización de alimentos. Sin embargo, como señaló Larson Lovén (2016), las identidades públicas femeninas no solían estar definidas por su trabajo. Las convenciones sociales podrían haber influenciado la representación de las mujeres trabajadoras como comerciantes de alimentos en el mundo romano, ya que se las conmemoraba preferentemente por sus funciones domésticas como esposas. Tanto Berdowski (2007) como Holleran (2013) reconocieron que existían ciertas limitaciones sociales y legales en la capacidad económica de las mujeres; sin embargo, sostuvieron que trabajar en el comercio minorista

era una opción atractiva para las mujeres, ya que requería poca formación formal y era compatible con el cuidado de los niños.

Figura 5

Relieve de una vendedora de vegetales y aves de corral.



Note. Ostia FU 2380, Fototeca Unione, American Academy in Rome. Taken from Holleran, 2013, p. 323.

Figura 6

Relieve de una mujer en un puesto de venta de vegetales.



Note. La imagen se encuentra actualmente en el Museo Ostiense, Ostia.

Preparación de alimentos

La preparación y el consumo de alimentos no formaban parte de la descripción del ciclo productivo de Varrón, pero consideramos que es importante incluir estas etapas en el marco de la producción de alimentos puesto que la cocción o, en términos generales, la preparación de alimentos es el proceso final necesario para transformar los alimentos en comidas. Los agrónomos latinos no se enfocaron en los alimentos ni en su cocción, sino que apenas se refirieron a recetas y a la cocina en sus tratados.[157] Aparte de referencias marginales, no proveyeron tampoco información sobre las actividades cotidianas de la preparación de alimentos. Sin embargo, la cocina y la supervisión del personal encargado de la preparación de los alimentos formaban parte de las obligaciones de la *vilica* tanto en Columela como en la obra de Catón (Col. *RR*, XII, 3, 1; *Agr.* I, 144), mientras que en la de Varrón (Varr. *RR,* II, 10) las pastoras también se encargaban de cocinar las comidas.[158] Según Columela, la manipulación de los alimentos y de los recipientes para beber debía ser realizada por quienes aún no hubieran alcanzado la pubertad o estuvieran en abstinencia sexual. Así, una doncella o un muchacho debían servir la comida diaria (Col. *RR*, XII, 4, 3). En su obra sobre las propiedades de los alimentos, Galeno comentó la preparación de una comida realizada por mujeres rústicas para todo su grupo (*Alim. Fac.* K 499).

En el relato de Ovidio (*Met.*, VIII, 611-724) Baucis y Filemón, una pareja de ancianos ofrecen una humilde cena a dos invitados inesperados, que eran los dioses Júpiter y Mercurio disfrazados. La descripción de las tareas implicadas en la preparación de la comida presenta una imagen romantizada, pero probable, de la preparación de comidas en un hogar humilde. Green (2020) analizó la descripción que hizo el autor de las labores de cocina de la pareja centrándose en las interacciones corporales de los personajes con su entorno: la mujer traía ramitas del exterior y utilizaba su propio aliento para reanudar el fuego; el anciano recogía una col del huerto y ella lo deshojaba después; él cortaba un trozo de cerdo que colgaba de una viga. Como señaló Green, ambos se movían en una coreografía culinaria que implicaba un intercambio armonioso entre sí y con su entorno material. Una imagen literaria alternativa de la preparación de una comida se ofrece en el *Moretum* pseudovirgiliano. En él el personaje masculino del poema, Simulus, cocina un sencillo desayuno con la ayuda de su esclava, Scybale.[159] A diferencia de la interacción entre Baucis y Filemón, parece

[157] En la obra de Catón encontramos instrucciones para diversas preparaciones como tortas, pan, gachas, almidón y alimentos consumidos en ceremonias religiosas (Catón *Agr.*, I, 74-88). Varrón afirmaba que: "Se debe tener especial cuidado en que la cocina esté convenientemente situada, pues allí en invierno hay mucho que hacer antes de la luz del día en la preparación y consumo de alimentos" (Varr. *RR*, I, 13).

[158] "En cuanto a la crianza de los pastores, es una cuestión sencilla en el caso de los que permanecen todo el tiempo en la granja, ya que tienen una compañera esclava en el establo, y el Venus de los pastores no mira más allá de esto. Pero en el caso de los que cuidan los rebaños en valles montañosos y tierras boscosas, y protegen de las lluvias no con el tejado de la cabaña sino con cabañas improvisadas, muchos han pensado que era aconsejable enviar mujeres para que siguieran a los rebaños, prepararan comida para los pastores y los hicieran más diligentes. Sin embargo, esas mujeres deben ser fuertes y no de mal aspecto. En muchos lugares no son inferiores a los hombres en el trabajo, como puede verse aquí y allá en Ilírico, ya que pueden cuidar del rebaño, cargar leña y cocinar la comida, o mantener el orden en sus cabañas. En cuanto a la alimentación de sus crías, me limito a señalar que en la mayoría de los casos las amamantan además de parirlas". (Varr. *RR*, II, 10).

[159] Para una interpretación literaria del poema ver: Schniebs et al., 2016

existir una jerarquía entre el hombre y su esclava: mientras él preparaba el fuego del hogar, molía la harina y cocinaba los alimentos, la mujer era una mera ayudante. Aunque estos dos ejemplos constituyen invenciones literarias, sugieren que no resulta adecuado mantener la idea de una estricta división del trabajo por sexos en el contexto doméstico de los hogares humildes.

En el contexto urbano, la comida podía prepararse en la casa, si los propietarios disponían de cocina, mientras que las personas que vivían en apartamentos pequeños podían obtener sus comidas en tiendas de venta de alimentos, como posadas, bares y comederos que desempeñaban un papel central en el suministro de comidas cocidas en las ciudades. Se ha analizado la presencia de las mujeres —incluida su administración— en estos establecimientos. El Termopollium de Ansellina, situado en la Via dell'Abbondanza, en Pompeya, lleva el nombre de una de las mujeres que servían en él. Otros ejemplos de mujeres que desempeñaban este tipo de trabajos son el de Anemone, conmemorada tanto por su labor como *popinaria* como por ser una buena esposa (*CIL*, XIV, 3709),[160] y Sentia Amarantis, a la que se puede ver en un epitafio emeritense sirviendo vino en el contexto de un *thermopolium* (HAE, 1639, véase la figura 7). Varias autoras han etiquetado los trabajos de las mujeres como "trabajos de servicio", considerándolos una extensión del trabajo doméstico (Treggiari, 1979; Holleran, 2013; Holman, 2015; Larsson Lovén, 2016; Green, 2020). Susan Treggiari (1973) analizó la fuerza esclava doméstica en grandes hogares urbanos y descubrió que el personal dependiente estaba organizado en términos de jerarquía y especialización en determinadas áreas. En su estudio, el personal de la cocina (cocineros, abastecedores, almaceneros y panaderos) era mayoritariamente masculino. Sin embargo, la autora señaló que parte del personal podría haberse ocupado de tareas menos especializadas o de trabajos diferentes a lo largo de su vida y sin ser conmemoradas. Por lo tanto, podemos concluir que tanto hombres como mujeres realizaban las diversas tareas asociadas a la preparación de los alimentos, tales como moler grano, recoger hierbas, limpiar y picar verduras, acarrear agua, hacer fuego, etc., pero no han sido registradas.

Figura 7

Epitafio de Sentia Amarantis. II-III n.e. Emerita.

[160] Dulcis / [cara viro l]atet hoc Amemone sepulc{h}ro. / [Fama ultra fines] patriae dulcis popinaria nota / [quam propter mul]ti Tibur celebrare solebant / [iam summus fragilem vit]am deus abstulit illi / [aetherisque auris anim]am lux alma recepit / [Hunc titulum feci Philotech]nus co(n)iugi sanctae / [nomen enim fas est restare s]emper in ⌜aevum⌝.



*Nota.*Transcrpción: *D(is) M(anibus) S(acrum) / Sent(iae) Amarantis / ann(orum) XLV Sent(ius) / Victor uxori / carissimae f(aciendum) c(uravit) cun cua vix(it) ann(os) XVII.*

La presencia de mujeres y niños puede evaluarse entonces considerando toda la gama de procesos que intervienen en la disponibilidad de alimentos, a pesar de la naturaleza de las convenciones sociales que guían las narraciones de los diversos autores masculinos y de los sesgos del registro inscripcional. La combinación de la naturalización de una división del trabajo en el hogar y la definición del trabajo al aire libre o de campo como opuesto al trabajo de interior o doméstico creó una falsa dicotomía entre dos esferas de actividades masculinas y femeninas diferentes. Desde esta perspectiva, se pierde el vínculo entre el trabajo de campo y la disponibilidad de alimentos para su consumo. Como consecuencia se omiten los pasos necesarios para procesar y almacenar los productos cosechados para su futuro transporte, comercialización y consumo, así como también el papel clave de las mujeres en dicho trabajo. Esto ha dado lugar a una imagen fragmentaria del circuito productivo de los alimentos. Además, la idea de que el duro trabajo en el campo requería de mano de obra masculina debe ser confrontada con dos cuestiones. En primer lugar, en distintos momentos del ciclo de vida femenino, la realización de trabajos pesados y físicos extenuantes podía ser perjudicial para su salud y la de los miembros de la familia que dependían de ella —por ejemplo el feto durante el embarazo y el bebé durante la lactancia—, por lo que realizarían otras tareas, quizá menos exigentes físicamente. En segundo lugar, y relacionado con lo anterior, en diferentes períodos de su vida, ya sea por costumbre o por razones fisiológicas, las mujeres no realizaban algunas de las actividades propias del trabajo agrícola, pero esto no significa que no contribuyeran en absoluto a la seguridad alimentaria del hogar. Más bien, su participación activa se concentraba en otras etapas clave de la producción de alimentos, como el almacenamiento de los productos y la preparación de las comidas. En este sentido, cabe preguntarse por qué los estudiosos modernos deducen de la ausencia de evidencias de mujeres trabajando en el campo la idea de que no eran productoras y de que su acceso a los alimentos estaba sujeto a una intervención patriarcal.

En su artículo sobre el trabajo agrícola de las mujeres, Scheidel (1996) abogó por situar a las mujeres trabajando en el campo. Sin embargo, en su análisis se mantenía la oposición entre trabajo del campo y trabajo doméstico, y se interpretaba como el elemento clave para reconocer la contribución económica de las mujeres en las sociedades antiguas. El autor afirmaba:

> Podemos incluso llegar a sospechar que existe un vínculo entre la contribución de las mujeres a actividades económicas más fácilmente *reconocidas y respetadas*, como el trabajo rural al aire libre, en contraposición al trabajo doméstico y la crianza de los hijos, y la cantidad de alimentos y atención sanitaria que se les asignaba. [énfasis añadido] (Scheidel, 1996, p. 204)

En este sentido, proponemos que, en lo que respecta a la producción de alimentos, el trabajo al aire libre en el campo y las actividades realizadas en el interior o bajo techo (*sub tecto*) son dos caras de un mismo proceso, ya que ninguna es suficiente sin la otra. Todas estas etapas son necesarias para transformar los productos naturales en alimento humano. Además, la participación de las mujeres y los niños en el cultivo, la transformación, el almacenamiento, la comercialización y la preparación de los alimentos debe leerse en términos del acceso a y control de los recursos alimentarios. Esto no quiere decir que los varones no formaran parte de la producción de alimentos sino que una imagen que abarque el trabajo conjunto de mujeres, hombres y niños y su contribución a los sistemas alimentarios de diferentes formas y en diferentes etapas, permite proyectar una visión más realista de la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano.

6.3. Trabajo doméstico y de mantenimiento

En el prefacio del capítulo XII del *De Re Rustica* de Columela, el autor presentó las opiniones sobre el matrimonio del Oeconomicus, escrito por Jenofonte a través de la interpretación de Cicerón. En línea con el autor griego, Cicerón confirmó que el matrimonio, o la unión de un hombre y una mujer, era la asociación más provechosa y agradable de la vida ("ut non solum iucundissima, verum etiam utilissima vitae societas iniretur"). Tras enunciar los objetivos del matrimonio, a saber, evitar que el género humano pereciera y disponer de ayuda y defensa en la vejez, Cicerón mencionó que el alimento y el vestido (victus et cultus) del *humano*[161] debían prepararse en en el hogar, bajo un techo (domi sub tecto). El resultado de las actividades realizadas por aquellas personas aptas para la vida al aire libre debía ser llevado al interior, bajo un techo para que luego, añadía Cicerón, otra se encargara de custodiar los bienes y realizar las operaciones que debían llevarse a cabo "en el hogar".

[161] Hay un cambio interesante respecto al significado original en la traducción al inglés: mientras que el texto latino expresa que la comida y la ropa del humano debían prepararse en el interior, la traducción inglesa dice: "la comida y la ropa del hombre debían prepararse para él". Aunque se interpreta que *man* (u hombre) representa a la humanidad en general, el pronombre *him* (o él) refuerza la noción de un beneficiario masculino de la acción, lo que difiere del significado original.

> Porque el grano y otros alimentos que proporciona la tierra necesitan un techo, y las crías de las ovejas y otros tipos de ganado, así como los frutos y todo lo que es útil para el sustento y el cuidado de la humanidad, tienen que estar a buen recaudo. (Cicerón citado en Columela, *RR* XII. Praef.)[162]

Este pasaje pone de relieve la importancia de asegurar los productos del campo, de la cría de animales, de la recolección y de la búsqueda de alimentos. La custodia de los productos de la tierra y las operaciones que debían realizarse en el interior para convertir esos productos en alimento humano eran tan importantes como el trabajo realizado al aire libre. Así pues, el matrimonio presuponía el trabajo complementario de quienes procuraban las provisiones y quienes luego las custodiaban y transformaban en sustento. Cicerón, citado por Columela, recurría a la apelación a Dios como explicación de la división del trabajo en función del género, afirmando que a los hombres se les dotaba de la audacia necesaria para soportar las actividades que debían realizarse al aire libre (a saber, la agricultura y el servicio militar), mientras que a las mujeres se las hacía más tímidas, y entonces aptas para el cuidado de los asuntos domésticos (domestica negotia curanda). En la imagen ofrecida por Columela de una tradición que se remonta a Jenofonte, actualizada a través de la autoridad de Cicerón, no parecía haber jerarquías entre hombres y mujeres. Al contrario, el discurso del autor reforzaba la idea de complementariedad y la absoluta necesidad de que hombres y mujeres trabajasen juntos para su sustento. No obstante, independientemente de la construcción discursiva de una aparente complementariedad, los fundamentos de la división del trabajo en función del género parecían estar arraigados en una disposición *natural* diferencial de hombres y mujeres. Como observó Rebecca Flemming (2000) en relación con el discurso médico romano, la apelación a la naturaleza servía para presentar como esencial lo que en realidad era producto de la costumbre (pp. 4-7). En este caso, la apelación a las autoridades previas contribuía a hacer pasar por natural aquello que era culturalmente definido. Así, lo que Columela describía no era precisamente el funcionamiento real de una *villa*, sino la articulación discursiva de los roles de género esperados de la mano de obra de la propiedad. Así, el *vilicus* y la *vilica* representaban las características normativas de los trabajadores y trabajadoras en el contexto de una unidad productiva (Rubiera Cancelas, 2010).

Esta visión ideal del matrimonio como una sociedad perfecta debe analizarse a la luz de la observación moral que Columela hizo inmediatamente después. El autor expresó que, en la época de sus padres, el trabajo doméstico estaba prácticamente dentro de la esfera de la mujer casada (*matrona*), y que no había propiedad separada, sino que ambos, marido y mujer, conspiraban para el beneficio común ("in commune conspirabatur ab utroque"). En consecuencia, en aquella época no había necesidad de un *vilicus* o una *vilica* porque los propios amos (*domini*) vigilaban y dirigían sus asuntos (Col. *RR*, XII. Praef.). Todas estas observaciones de Columela estaban en función de

[162] "Cum vero paratae res sub tectum essent congestae, alium esse oportuit, qui et inlatas custodiret et ea conficeret opera, quae domi deberent administrari: nam et fruges ceteraque alimenta terrestria indigebant tecti, et ovium ceterarumque pecudum fetus atque fructus clauso custodiendi erant nec minus reliqua utensilia, quibus aut alitur hominum genus aut etiam excolitur".

formular una crítica respecto de las mujeres de su época, que abandonaban sus tradicionales tareas domésticas para sumergirse en una vida de lujo y ociosidad (*luxu et inertia*). Y era, entonces, consecuencia del abandono de las prácticas antiguas y de la indiferencia de las mujeres romanas hacia el mantenimiento de la hacienda, que la *vilica* debía desempeñar las funciones tradicionales de la matrona (Col. *RR*, I, 1; XII, Praef.). Así pues, el papel de la *vilica* en la propiedad agrícola podría vincularse al papel tradicional de la mujer cabeza de familia y, como tal, puede interpretarse que las actividades encomendadas a la administradora condensaban las expectativas sociales respecto al trabajo de la mujer en el contexto doméstico en general.

Dos siglos antes de Columela, Catón había descrito detalladamente las funciones de la *vilica*. En relación a la producción de alimentos, ella debía *limpiar y ordenar el hogar* todas las noches antes de acostarse; *tener a mano comida cocinada* para el *vilicus* y el personal; *criar gallinas y tener huevos en abundancia*; tener una gran *reserva* de peras secas, serbales, higos, pasas, serbales en mosto, peras y uvas en conserva y membrillos; *guardar uvas en conserva* en pulpa de uva y en vasijas enterradas en el suelo, así como también nueces praenestinas frescas guardadas de la misma manera, y membrillos escantios en frascos, y otras frutas que solían conservarse, así como también frutas silvestres; *guardar todos estos artículos diligentemente todos los años*; y *saber hacer buena harina y moler escanda* (*Agr.*, I, 144).

Según Columela, la *vilica* debía: *inspeccionar todo lo que se traía a la casa* (sub tecto) para ver si estaba dañado, y recibirlo después de haberlo *examinado* y hallado intacto (incluidos, entre otros, los productos de la cosecha y las herramientas); de lo que se traía, *apartar lo que había que consumir inmediatamente, guardando bajo llave y custodiando lo que se podía poner en reserva, para que la provisión para un año no se gastara en un mes*; *proporcionar tratamiento médico* y *cuidados* a cualquier miembro de la casa que se encontrara mal de salud; *recordar lo que se traía a la casa* y asegurarse de que estas cosas se guardaban en lugares adecuados y sanos para que no se estropearan; *dividir los recipientes y las cosas que se utilizaban para guardar los alimentos* de uso diario en dos grupos: los que bastarían para un mes y los que bastarían para un año y divisirlo en dos porciones; proporcionar estas cosas a las personas que habitualmente las usaban a diario, es decir, *al personal dedicado a la preparación diaria de los alimentos*; *apartar provisiones* para días especiales, fiestas o para los invitados; *guardar, custodiar e inspeccionar los bienes* (como los frutos de la tierra para ver que no se estropearan); y *controlar a los mayordomos y bodegueros* (Col. *RR* XII, 1-3).

En las obras de Catón y Columela, las actividades relacionadas con el almacenamiento y la preparación de los alimentos cotidianos se destacaban de entre las tareas asignadas a la *vilica*. Ya fuera recolectar, hacer conservas, moler, limpiar el hogar, cocinar las comidas o incluso supervisar la realización de todas estas tareas, el trabajo de las mujeres estaba estrechamente relacionado con la disponibilidad de alimentos, y esta es una característica en las obras de ambos autores. Las tareas asignadas a la *vilica* en el texto de Columela también están relacionadas con el control y la gestión de

los productos del trabajo agrícola y de la mano de obra. Como señaló Berg (2016), la capacidad de gestión era un atributo reconocido de una buena ama de casa en el mundo romano. La autora consideró que valía la pena reconocer la importancia económica de la agencia femenina doméstica en las diversas tareas que tenían lugar en el contexto del hogar (como la producción, la conservación, la redistribución, el consumo y el descarte). En este sentido, se podría argumentar que Catón y Columela atribuían estas tareas, que tradicionalmente se consideraban propias de la mujer casada, a la mujer gestora de la hacienda en su papel de sustituta de la matrona. A la inversa, y en contra de la práctica tradicional según la cual el *paterfamilias* era la persona encargada de prestar los cuidados médicos,[163] Columela lo describió como tarea de la *vilica*. Así pues, las actividades domésticas implicaban la gestión de los recursos alimentarios y el mantenimiento y cuidado de todos los miembros del hogar.

No hay referencias a la *vilica* en el tratado de Varrón pero, al hablar del rol pastor, el autor sostenía que era conveniente para la reproducción de la mano de obra contar con mujeres que "preparasen la comida a los pastores y los hiciesen más diligentes" (Varr. *RR*, II, 10). Como ya se ha mencionado, el autor comentó que algunas de estas mujeres realizaban las mismas actividades que los hombres y, al mismo tiempo, transportaban leña, preparaban la comida diaria y cuidaban de los niños. Dos aspectos de la descripción de la *vilica* y la pastora por parte de los autores agrícolas son relevantes. Por un lado, no existe una delimitación clara entre el trabajo del interior y del exterior: las tareas realizadas por ambas mujeres implicaban ir y venir del campo a las distintas instalaciones y a la casa. Como se ha sugerido anteriormente, lo que se cultivaba o criaba en los campos debía llevarse dento para su procesamiento y almacenamiento, por lo que el trabajo al aire libre y bajo techo deben considerarse dos aspectos de un mismo proceso. Por otro lado, las actividades domésticas y de mantenimiento de la pastora y la *vilica* se solapaban con la parte de su trabajo que los estudiosos modernos interpretan más fácilmente como *productiva.* En este sentido, los trabajos productivos y reproductivos realizados por las trabajadoras de la *villa* eran sincrónicos.

Aunque los autores agrarios se refirieron a la presencia de la mujer en las grandes propiedades rurales, es necesario recordar que la suya es una construcción literaria que refleja los roles de género normativos. Los trabajos asignados a la *vilica* y a la "venus de los pastores" deben considerarse representativos de las ocupaciones femeninas esperadas en la sociedad en general. Además, dado que los trabajos indicados para ambas mujeres implicaban estar presentes en distintos momentos en los diferentes espacios de la propiedad, está claro que no podían ser realizados por una sola persona. La presencia de otras trabajadoras en la propiedad agrícola, como panaderas y ayudantes de cocina, puede atestiguarse a través de fuentes jurídicas (*Dig*. 33.7.8) y de referencias indirectas en los tratados agrícolas.[164] Sostenemos, pues, que las referencias a la *vilica* y a la pastora como únicas

[163] Sobre el papel del *paterfamilias* como proveedor de atención médica, véase Bailey, 2012.
[164] Cañizar Palacios (2012) reconoció otras figuras femeninas en los tratados agrarios como la *vicina*, la *puella*, la *saga* y la *domina*. Además de ser una confirmación de la presencia de otras mujeres trabajadoras en la propiedad, pueden ser indicativos del carácter estereotipado de la figura de la *vilica* y otros personajes femeninos.

trabajadoras de una propiedad son producto de una construcción discursiva que reduce a un único significante femenino todo un abanico de posibles actividades y actitudes llevadas a cabo por mujeres. Así, la apelación a ambas trabajadoras podría haber eclipsado a un grupo más amplio de mujeres de diferente condición jurídica, que trabajaban juntas en el contexto de grandes propiedades agrícolas o incluso en unidades más pequeñas.

En cuanto a la cuestión que ha guiado este análisis, es decir, si el trabajo doméstico realizado por las mujeres puede ser calificado como trabajo productivo, hay que tener en cuenta que las actividades asignadas a las trabajadoras de las fincas agrarias comprendían las realizadas en el contexto de sus trabajos específicos —tareas de dirección en el caso de la *vilica*, y de cuidado de los animales en el caso de la pastora— y las que se les atribuían en función de la ideología de la división sexual del trabajo (es decir, las que se les atribuían por el hecho de ser mujeres). Aunque a veces resulta difícil diferenciar claramente entre estos dos tipos de actividades, podemos considerar que las primeras se realizaban para el beneficio económico del propietario en forma de producción agrícola apta para el intercambio futuro. Sin embargo, como parte de esa producción se destinaba también al consumo directo de los trabajadores de la finca, la actividad productiva de las mujeres en la producción de alimentos (analizada en el apartado anterior) beneficiaba por igual a todos los miembros del hogar. En este sentido, cabe destacar el papel clave de las mujeres en el procesamiento y almacenamiento de los productos para la transformación de los frutos de la agricultura en alimentos adecuados. El trabajo doméstico y de cuidados, por su parte, incluían un amplio abanico de actividades destinadas al mantenimiento de todos los integrantes del hogar —humanos, animales e infraestructuras—. Desde el punto de vista de la alimentación y la nutrición, el trabajo diario de preparación y cuidado de los alimentos garantizaba el sustento, la continuidad y el bienestar de la mano de obra. Además, este tipo de trabajo consumía mucho tiempo y requería habilidades, conocimientos y gestión de recursos específicos. En este sentido, el trabajo doméstico y de cuidados, que implicaba la dedicación de las mujeres al mantenimiento de los habitantes de un hogar durante la mayor parte del día, suponía también la explotación de la mano de obra femenina para el mantenimiento de la fuerza de trabajo de la hacienda. Así, en la medida en que la doble explotación del trabajo de las mujeres servía, en última instancia, para asegurar la continuidad del sistema económico en su conjunto, debía considerarse productiva, siendo su producto la provisión de la fuerza de trabajo futura.

6.4. Trabajo reproductivo

La cuestión de la reproducción biológica ha sido analizada en el contexto de los estudios poblacionales con la intención de conceptualizar las posibilidades de las sociedades del pasado de reproducirse numéricamente. Desde este marco, se han considerado cuestiones como la edad de la menarquía y la fertilidad de las mujeres (véase el apartado 1.7). Sin embargo, en los estudios que

refieren a la reproducción se sigue omitiendo el trabajo físico que implica la procreación humana. En este apartado, ofreceremos argumentos para la interpretación de la labor implicada en la reproducción biológica como *trabajo*.

La noción de una división sexual del trabajo basada en las características esenciales de varones y mujeres, que subyace en las narrativas de los autores agrícolas, se traduce en una disposición binómica entre una esfera doméstica, donde las mujeres proporcionan el sustento, y una esfera pública o exterior, donde los hombres llevan a cabo sus actividades políticas, económicas y sociales. No obstante, como ya se ha indicado, se trata de una imagen más normativa que descriptiva de la realidad. En los tratados son escasas las referencias al nacimiento y crianza de nuevos miembros del hogar. Varrón formuló la única referencia directa que encontramos, cuando trató el tema de la cría de animales. Sostenía que los partos de las mujeres esclavizadas ampliaban las cuadrillas de esclavos del propietario, lo que hacía más rentable la ganadería (Var. *RR*, II, 1). Además de la utilidad de la pastora para ayudar al boyero y proporcionarle todo lo necesario para la preparación de la comida, se esperaba que ella compaginara estas tareas con el trabajo de llevar a término un embarazo, dar a luz al bebé y amamantarlo (Varr. *RR*, II, 10). La figura de la *vilica* no esta directamente vinculada a este tipo de trabajo reproductivo, aunque ella debía proporcionar atención médica a todo el personal, y podríamos incluir aquí prestar asistencia durante el embarazo y el parto.

Más allá de los tratados de agricultura, las referencias a la reproducción humana suelen estar influidas por las normas y costumbres sociales disponibles. El discurso médico abordaba la reproducción humana haciendo hincapié en la especificidad del cuerpo femenino, pero inscribiendo discursivamente todo el proceso como resultado de una fuerza motriz masculina: las discusiones sobre la influencia del semen masculino y femenino en la reproducción humana (exploradas en el capítulo 5) servían para reforzar o disputar la preeminencia social y jurídica del padre sobre la prole. Sin embargo, ningún autor médico intentó conceptualizar la reproducción humana como una forma de trabajo.

Se podría argumentar que, dado el régimen de fertilidad natural característico del mundo romano y el hecho de que la mayoría de las mujeres experimentaran varios embarazos a lo largo de su vida —algunos no llegaban al parto, y en otros casos la vida del bebé terminaba poco después—, las actividades reproductivas imponían una pesada carga sobre el cuerpo de las mujeres. Es necesario tener en cuenta que, aunque en la mayoría de los casos las mujeres pueden continuar con su vida normal durante la mayor parte del embarazo, llega un momento en que la necesidad de preservar el feto exige abstenerse de realizar trabajos físicos pesados. Además, como se ha analizado en el capítulo 2, los diferentes procesos fisiológicos y metabólicos implicados en el embarazo, el parto y la lactancia exigen una gran cantidad de nutrientes del organismo materno e imponen cambios importantes en el sistema inmunitario de la mujer. No es baladí que el propio acontecimiento del alumbramiento se denomine *trabajo* de parto, debido a la enorme exigencia física de la madre y del recién nacido, que necesitan un intervalo de tiempo variable —el período puerperal, que va desde el

nacimiento hasta la reaparición de la menstruación— para que sus cuerpos se adapten a esas transformaciones. Detrás del pasaje de Varrón sobre la crianza de los pastores, en el que afirmaba que los propietarios de esclavos se beneficiaban de la procreación de su personal dependiente, descansa el hecho de que el propietario de esclavos se beneficiaba del *trabajo reproductivo* de sus esclavas.

La maternidad, que implica embarazo, parto y lactancia, afecta a las actividades normales de la mujer e impone una mayor exigencia física y nutricional, y por lo tanto podría conceptualizarse como trabajo. Pero quizá lo que justifica la consideración del trabajo reproductivo como tal es el hecho de que, en el mundo romano, se intercambiaba un producto de la capacidad reproductiva del cuerpo femenino: la leche materna. Existe una amplia corriente de estudios sobre el uso de nodrizas en el mundo romano (Bradley, 1980, 1994; Dimopoulou, 1999; Aly, 1996; Smyshliaev, 2002; Dasen, 2010, 2012). Diferentes autores han explorado las dimensiones sociológicas, biológicas y nutricionales del fenómeno de la lactancia de un niño por una mujer distinta de su madre biológica. Las nodrizas han sido caracterizadas como mujeres pertenecientes a diversos medios sociales, pero a menudo de origen esclavo, que prestaban sus servicios en diferentes contextos. Su trabajo era a menudo muy respetado, y podía determinar su libertad o merecer la conmemoración.[165] Pero lo que subyacía al recurso a las nodrizas como alternativa a la lactancia materna era que el producto de todo el proceso de generación humana, que implicaba una gran cantidad de cambios fisiológicos y exigía cuidados y atención durante un largo período, podía ofrecerse como mercancía. En palabras de Cid López (2016), el cuerpo nutricio de la nodriza realizaba una labor que sólo era posible gracias a los ciclos fisiológicos específicos femeninos.[166]

Más allá de la posibilidad de que las mujeres estuvieran dispuestas a realizar el trabajo reproductivo, debemos considerar los contextos en los que éste tenía lugar y quién se beneficiaba de sus productos. En el contexto de la población libre, en los hogares acomodados, tener hijos podría haber sido visto como una forma de garantizar la conservación de la propiedad o, en unidades más pequeñas, como una perspectiva de futura mano de obra y cuidados en la vejez. Para la población esclavizada, los hijos nacidos de mujeres esclavizadas ampliaban la propiedad de su dueño. Aunque las propias mujeres participaran voluntariamente (como lo siguen haciendo) en la procreación, existían recursos sociales y jurídicos para garantizar la preeminencia masculina sobre los resultados de la fecundidad femenina. En el contexto del matrimonio, el discurso normativo social imponía a la

[165] Existen numerosas inscripciones dedicadas a las nodrizas por sus antiguas nodrizas o inscripciones de las propias nodrizas. Estas inscripciones han sido analizadas por varios autores. Véanse: Joshel, 1986; Bradley, 1980, 1986, 1991; Dasen, 2010, 2012; Sparreboom, 2014. Por otro lado, la posibilidad de que los jóvenes menores de 18 años concedieran la libertad a una nodriza esclavizada o incluso a un "hermano de leche" se recogía en el Digesto (*Dig. Ulp*., 40, 2, 13).

[166] Otro aspecto que contribuyó a definir el trabajo de las nodrizas fue su capacidad para reclamar pagos. Smyshliaev (2002) analizó la dimensión jurídica del trabajo de las nodrizas. Afirmó que los trabajadores liberales como las nodrizas podían reclamar sus servicios no remunerados al gobernador, pero sólo durante el tiempo que durara su trabajo. Sin embargo, aunque el trabajo de la nodriza estaba reconocido por la ley, no estaba destinado a ser canjeado por una merces, sino que el pago por sus servicios debía hacerse como un regalo.

madre las exigencias de la reproducción. El filósofo Favorino de Arlés, citado por Aulo Gelio (*Noctes Atticae,* XII.1), se pronunció en contra del uso de una nodriza por parte de una familia adinerada y resaltó la necesidad de que la propia madre se ocupara de las labores de crianza, ya que sólo de este modo tanto la influencia moral materna como la paterna pasarían directamente y sin corromperse al bebé. A pesar de estas implicaciones sociales, efectivamente las familias recurrían a los servicios de las. Para regular esos intercambios, se desarrollaron recursos legales con el propósito de controlar las acciones de las nodrizas y castigar cualquier mala conducta (*Dig*. 9.24.1-1). Como señaló Joshel (1986, p. 5), el control de la biología femenina era un factor importante en el trabajo de la nodriza. Bradley (1980) y Masciadri y Montevecchi (1982), por su parte, analizaron loscontratos de nodrizas del Egipto romano y destacaron el papel del tutor legal masculino de la nodriza, que firmaba el contrato y garantizaba que la mujer cumplera con varias imposiciones, entre ellas normas de conducta sexual.

Lo que quisiéramos sugerir aquí es que el trabajo reproductivo, históricamente realizado por mujeres, aunque no se interprete como trabajo propiamente dicho, impone exigencias físicas y nutricionales que afectan a su salud y a las actividades que pueden llevar a cabo. Las normas jurídicas y sociales que operaban en el mundo romano ofrecían instrumentos a los varones —padres, maridos y propietarios— para controlar los productos de la capacidad reproductiva de las mujeres. El trabajo nutricional del embarazo y la lactancia, realizado por la mayoría de las mujeres, y claramente objetivado en el caso de las nodrizas, cumplía un papel clave en una etapa especialmente definitoria en la vida de los niños. A la vista de estos argumentos, debe reconocerse la naturaleza física del trabajo, las circunstancias que permitieron a las mujeres desempeñarlo y la relevancia nutricional de su actividad.

6.5. Conclusiones: Reproducir la sociedad

En este capítulo, hemos ofrecido tanto un enfoque teórico como también evidencias procedentes de las fuentes antiguas para reflexionar sobre las conexiones materiales entre mujeres y niños con la comida. Las críticas a la teoría de la reproducción por parte de las feministas marxistas han permitido conceptualizar el trabajo reproductivo atribuido a las mujeres. Desde esta perspectiva, resulta posible diferenciar entre la reproducción biológica humana, el mantenimiento y el trabajo doméstico, y el trabajo productivo tradicionalmente realizado por las mujeres. Sin embargo, esta diferenciación sólo es posible desde un análisis teórico porque, en la práctica, las actividades productivas y reproductivas se solapan. El caso de las mujeres de Ilírico, mencionado por Varrón, demuestra que la realización sincrónica del trabajo reproductivo de gestar, dar a luz y amamantar a los hijos al tiempo que se

realizaban las tareas domésticas y productivas se consideraba una característica natural y deseada de las mujeres.[167]

El análisis del papel de la *vilica*, tal y como lo caracterizaron los autores agrícolas, ayudó a esclarecer la participación femenina en las fases clave de transformación y almacenamiento de los productos agrícolas, y a garantizar la disponibilidad de alimentos a lo largo de todo el ciclo. También contribuyó a reflexionar sobre las conexiones entre las mujeres y los alimentos en el contexto de las relaciones sociales de producción. Frente a la interpretación habitual de los *vilici* como una pareja de esclavos casados, Roth (2004) demostró que ésta era el resultado de una lectura moderna de las fuentes, en la que el trabajo de la *vilica* se presentaba como auxiliar, asumiendo una "relación personal institucionalizada entre *vilicus* y *vilica*, que define su papel profesional en última instancia a través de su relación personal con un esclavo varón concreto" (p. 102). Aunque algunos pasajes de las fuentes antiguas dan a entender que los *vilici* podían ser una pareja casada, Roth aportó pruebas para sostener que raramente sería así y, lo que es más importante, explicó que la *vilica* poseía una dimensión primordialmente profesional y un estatus adquirido a través de su propio papel en la gestión de la propiedad. Así pues, podemos estar de acuerdo con la existencia de una división del trabajo entre el *vilicus* y la *vilica*, pero no necesariamente como resultado de un vínculo personal, ni tampoco debe interpretarse a la *vilica* como una mera ayudante del *vilicus*, sino como una trabajadora de la hacienda por cuenta propia. Como se ha sugerido anteriormente, la construcción discursiva de la pareja de *vilici* como un matrimonio se edificaba sobre la imagen de una división natural del trabajo en función del género que, en virtud de la complementariedad entre el elemento masculino y el femenino, garantizaba el sustento conjunto. En este sentido, las fuentes agrícolas proporcionaron una visión normativa sobre el trabajo que se esperaba de las mujeres en el contexto de las grandes *villae*, en la que el principal objetivo de estos autores era explicar cómo llevar a cabo una gestión adecuada de los recursos en beneficio del propietario, así como también para la continuidad de toda la unidad. No obstante esto, sostenemos que las tareas de la administradora podrían extenderse a otras mujeres en el contexto de unidades productivas más pequeñas.

Por otra parte, el trabajo de la *vilica* era clave para garantizar el mantenimiento de la casa y, al mismo tiempo, para que el *vilicus* y el resto del personal pudieran trabajar en beneficio del propietario: era la encargada de custodiar los frutos (Col. *RR*, XII, 11) y de controlar el adecuado desempeño de las actividades implicadas en la elaboración de los alimentos. Estas actividades consistían en inspeccionar la producción de los recipientes para el almacenamiento (Col. *RR,* XII, 3, 2), supervisar a los mayordomos, bodegueros, pastores, trabajadores del campo y a los que preparaban los alimentos para la familia, custodiar y almacenar todo lo que no se iba a consumir en el momento y asegurarse de que nada se desperdiciara (Col. *RR*, XII, 3, 5). La *vilica* era, al mismo tiempo, responsable de las provisiones de alimentos para el sustento de los trabajadores, y de asegurar y almacenar los productos agrícolas en beneficio de los *domini*. Sin embargo, aunque tenía funciones de gestión y

[167] Ver nota 27.

supervisión, existía una clara jerarquía de poder establecida por los autores agrícolas varones que situaba a la *vilica* bajo la supervisión directa del *vilicus*, y a ambos bajo el poder de los *domini* (Roth, 2004). Esta jerarquía podría haber tenido como objetivo dar a los varones (tanto el *vilicus* como el *dominus*), y también a la *matrona*, algunas formas de intervenir y controlar las acciones de las mujeres. En este sentido, es necesario considerar el doble control (a través del género y a través de la clase) sobre la mujer: en su asociación con el *vilicus*, y como trabajadora dependiente para los *domini*.

En el Digesto, al tratar la cuestión del *instrumentum,* o el equipamiento que se tomaba como parte integral de la propiedad que se iba a vender, se consideraba incluido allí el personal esclavizado — junto con su prole — que desempeñaba las funciones que garantizaban el sostenimiento de la propiedad, así como también los medios para asegurar su propio sustento (*Dig.* 33.7.12). Entre estas personas, encontramos a las mujeres que cocinaban el pan y cuidaban de la *villa*, a la criada de la cocina y a la *vilica*, a las laneras y a las que cocinaban salsas para los esclavos rurales. Cabe señalar que la fuente jurídica incluye otros oficios femeninos que se encuentran ausentes en los tratados agrícolas; sin embargo, independientemente de las fuentes, la cuestión es que el trabajo de las mujeres era esencial para garantizar el sustento diario de la mano de obra, lo que en última instancia permitía su explotación por parte de la clase propietaria.

Como señalaron las estudiosas marxistas feministas, la operación conjunta de la invisibilización discursiva de las contribuciones del trabajo doméstico, reproductivo y de mantenimiento realizado por las mujeres, a través de su *naturalización*, y la construcción de una jerarquía de poder y control por la que se subsumía a quienes garantizaban la continuidad del grupo, aseguraba, en última instancia, la reproducción de todo el sistema social (es decir, la reproducción social). Sin embargo, hay que subrayar, una vez más, que se trata de una visión normativa de la sociedad romana. Mientras que el discurso legal aseguraba y reforzaba el poder patriarcal a través de la subordinación de las mujeres a sus padres, maridos y propietarios, y los discursos sociales y culturales ofrecían imágenes de las mujeres en las que eran funcionales a sus objetivos sociales y económicos, debemos considerar también las posibilidades que tenían las mujeres de actuar más allá de lo que se esperaba de ellas.

Hemos evaluado la participación activa de las mujeres en todas las fases de la producción, transformación, almacenamiento, intercambio, preparación y consumo de alimentos. Las mujeres tenían acceso efectivo a los alimentos y control sobre ellos, realizaban y custodiaban los procesos necesarios para que los productos agrícolas estuvieran disponibles para el consumo humano e incluso se encargaban del racionamiento de los alimentos, contribuyendo así a la seguridad alimentaria de todos los integrantes de la unidad. El trabajo de los niños es un tema más esquivo. Aunque no se puede ignorar su contribución en todas las fases de la producción de alimentos, no está tan claro hasta qué punto su trabajo les permitía intervenir en las decisiones relativas a la alimentación. En resumen, la explotación del trabajo de las mujeres garantizaba la continuidad de la vida y del sistema económico en su conjunto. Al mismo tiempo, y en virtud de su trabajo, las mujeres

disponían de numerosas oportunidades para acceder directamente a los alimentos y tomar decisiones sobre su propia alimentación y la de sus hijos.

Capítulo 7: Alimentos, medicina, salud y ambiente

> No podemos comprender ni admirar suficientemente la previsión de la Naturaleza. Ella ya había dado las plantas suaves de las que hablé que hacen alimentos agradables; ella había coloreado los remedios en flores, y por la mera vista había atraído nuestra atención, combinando lo útil con lo que es realmente delicioso. (*NH* 22, 16)

Introducción

Los estudios actuales sobre la alimentación y la nutrición en el mundo romano suelen centrarse en los alimentos básicos de la dieta, dando por sentado que, dado que constituían el grueso de la alimentación y que la gente comía una mayor proporción de esos alimentos, conformaban el núcleo de la "dieta romana". Asimismo, también se suele afirmar que la dieta de los segmentos pobres de la sociedad era básica y repetitiva, mientras que la de los grupos acomodados podía incluir una mayor variedad de productos.[168] Creemos necesario plantear que, hasta aquí, nuestra visión sobre la alimentación y la dieta ha sido fragmentaria puesto que nos hemos centrado en aquellos productos que se reconocen como alimentos tanto por su valor macronutricional o por su sabor. Sin embargo, el entorno natural en el que se asentaron las sociedades romanas permitía estrechas conexiones e interacciones con un abanico mucho más amplio de productos naturales que se utilizaban de múltiples maneras, siendo la alimentación una entre otras. Abordaremos en este capítulo el uso multicontextual de los productos naturales, en particular en torno a las categorías superpuestas de alimentos y remedios, en relación con su uso en los diferentes ciclos vitales de mujeres y niños, con el objetivo de incluir estos artículos dentro del universo de la alimentación.

Las mujeres y los niños se enfrentan a diversas situaciones a lo largo de sus ciclos vitales que imponen retos a su nutrición y su salud (véase el capítulo 2). La menstruación, la concepción, el embarazo, el parto, el posparto, la lactancia y el destete implicaban cambios en sus condiciones fisiológicas y se acompañaban con diferentes formas de atención sanitaria e intervención terapéutica. Como hemos explorado en el capítulo 5, el discurso médico abordó estas etapas aportando

---

[168] El tratamiento de los alimentos en el contexto romano en particular, y en la Antigüedad clásica en general, suele presentarse teniendo en cuenta los grupos de alimentos que se reconocen actualmente, como los cereales, las legumbres, las carnes, las frutas, los frutos secos, los aceites y las semillas. Entre estos grupos, algunos artículos se describen con detalle: del grupo de los cereales, las variedades de trigo, cebada y mijo; entre las legumbres, las arvejas, distintos tipos de porotos y garbanzos; frutas, higos, manzanas, peras y dátiles. (Andre, 1960; Garnsey, 1999; Wilkins, 2006; Van Limbergen, 2018). Para un debate exhaustivo relativo a la taxonomía y clasificación de los artículos generalmente etiquetados en la investigación actual como cereales y legumbres, véase Heinrich & Wilkins, 2014; Heinrich, 2019; Heinrich & Hansen, 2019. Las referencias a una "dieta romana" son recurrentes en los estudios bioarqueológicos (Craig et al., 2009; Rowan, 2014; véase el capítulo 8) basados en la imagen general ofrecida por Garnsey (1999), quien describió la dieta de los segmentos bajos de la población como "básica y repetitiva" (p. 113).

explicaciones y medidas terapéuticas desde las perspectivas teóricas propias de cada autor. El interés de éstos se centraba en la salud y el cuerpo humano, pero también en construir y sustentar argumentativamente su propia autoridad médica. No obstante esto, la definición tridimensional de la nutrición nos invita a considerar las relaciones entre el ser humano y la naturaleza a efectos de la alimentación, la nutrición y la salud. Así pues, en este capítulo nos proponemos analizar el uso multicontextual de los productos naturales en el marco más amplio de la concepción romana respecto de las relaciones entre los seres humanos y el medio natural, siguiendo la visión que ofrece Plinio el Viejo en su obra *Naturalis Historia*. Nos centramos específicamente en menciones a artículos naturales utilizados como alimentos y remedios para las afecciones de mujeres y niños.

En la primera sección de este capítulo, introducimos el concepto del *continuo alimento-medicina* ofrecido por la corriente de estudios etnobotánicos, ya que consideramos puede ser útil para poner de relieve el fenómeno del uso multicontextual de los productos naturales en el mundo romano. A continuación, abordamos las definiciones médicas romanas sobre *alimento* y *remedio* con el propósito de demostrar que, a pesar de que los autores médicos definían claramente lo que era considerado un alimento y lo que era definido como un remedio, los límites entre ambos eran, a menudo, difusos. A excepción del tratado ginecológico de Sorano, los autores médicos rara vez trataron específicamente los usos de los productos naturales como alimento y como medicina para en relación a los ciclos vitales y las condiciones de salud de mujeres y niños. El enfoque de la medicina de Sorano se centraba en la prescripción de un régimen para acompañar las distintas afecciones corporales, antes que en ofrecer una explicación de las causas de las enfermedades. Como consecuencia, sus recomendaciones dietéticas abordaron la comida y la bebida en el contexto de un régimen que incluía sugerencias sobre el descanso, el ejercicio físico, las drogas, el baño y la actividad sexual, y estaban dirigidas a un público de mujeres profesionales de la salud, las comadronas (Temkin, 1956, p. XLI). Por el contrario, la obra de Plinio se dirigía a un público diferente y trataba de forma distinta a las tradiciones de conocimiento y autoridad existentes.

Por todo ello, en la segunda parte de este capítulo, aportamos argumentos para considerar la *Naturalis Historia* (NH) de Plinio como una fuente de información sobre las relaciones entre los seres humanos y el medio natural, así también como un marco en el que podemos interpretar el uso multicontextual de los productos naturales para la salud mujeres y niños. A lo largo de los libros que componen la *NH*, encontramos numerosas referencias a elementos naturales y diferentes tipos de información sobre sus posibles usos. Para retratar la asiduidad de las menciones a artículos consumidos como alimento y medicina por mujeres y niños para el tratamiento de afecciones corporales proveemos algunas cifras basadas en un análisis exhaustivo de la obra de Plinio. Luego, ofrecemos información en detalle sobre cuatro de esos artículos con el objetivo de poner de relieve su accesibilidad y sus aportes nutricionales y medicinales.

En definitiva lo que proponemos aquí es considerar a los artículos que forman parte del *continuo alimento-medicina* como pertenecientes al universo de la *alimentación*, ya que a través de su

consumo, fuera como comida o como remedio, mujeres y niños habrían estado expuestos, al mismo tiempo, a sus propiedades nutricionales y medicinales. En consecuencia, ofrecemos algunas ideas para reflexionar sobre las posibles consecuencias del consumo de estos productos naturales sobre la nutrición y la salud de mujeres y niños.

7.1. El continuo alimento-medicina

En 1982, Etkin y Ross ofrecieron un enfoque innovador al analizar las plantas utilizadas por la población hausa de Nigeria tanto como alimento como medicamento, en relación con el tratamiento de trastornos gastrointestinales. Los autores argumentaron que existía una conexión entre la adaptación biocultural de la población a la flora ambiental y la aparición y expresión de enfermedades, puesto que había plantas utilizadas como alimento que también estaban incluidas en la farmacopea herbal de la población. Sin embargo, observaron que los contextos de uso eran marcadamente diferentes. Cuando se utilizaban como alimento, las plantas se consumían como aperitivos y complemento de los platos, funcionando como aromatizantes o aditivos nutricionales. En cambio, cuando se utilizaban como medicina, se ingerían solas, se incluían en un compuesto o se añadían a la comida del enfermo (pero no las comía toda la familia).[169] Este marco teórico resulta muy interesante, ya que permitía expandir el universo de los alimentos, trascendiendo su relación con la nutrición y el sabor, para incluir también sus usos medicinales. En un trabajo posterior sobre el tema, Etkin (1993) argumentó que este uso multicontextual de las plantas ampliaba las circunstancias en las que una población se encontraba expuesta a los componentes farmacológicamente activos de las plantas. En otras palabras, las poblaciones humanas interactúan con las plantas y otros elementos naturales de múltiples maneras, siendo la alimentación una entre otras. Sin embargo, en cada interacción, las propiedades de la planta producen efectos en el organismo que van más allá del suministro de nutrientes y sabor. Las medicinas naturales —o el tratamiento de enfermedades y eventos corporales mediante el aprovechamiento de las propiedades de los productos naturales— han sido la principal fuente de intervención médica de las poblaciones humanas en el pasado. Sin embargo, tanto si han sido consumidos con fines medicinales como si no, las propiedades de los productos naturales repercuten en el organismo que los recibe, a veces contribuyendo a agravar una afección existente, a veces ejerciendo una función protectora y preventiva de la salud.

[169] La noción de que las categorías de alimentos y medicinas dependen del contexto de su uso podría leerse también en el pasaje de Plinio en el que advertía sobre los efectos potencialmente perjudiciales de mezclar el suministro remedios con el contexto de comer. Plinio decía que "se dice que las medicinas puestas por casualidad sobre una mesa antes de ser utilizadas pierden su eficacia" (*NH* 28, 28). En este sentido, el pasaje muestra que los preparados destinados a ser medicamentos se consideraban independientes del contexto de consumo de alimentos, aunque en ellos se incluyeran artículos utilizados como comida. Así pues, era el contexto y la finalidad lo que definía la categoría de alimento o medicamento.

Laurence Totelin (2015) retomó de estos enfoques etnobotánicos el concepto de un “continuo entre alimentación y medicina" (*food and drug continuum*), argumentando que el mismo podría beneficiarse de una dimensión histórica. Tomando en cuenta su trabajo, centrado en los tratados médicos hipocráticos, consideramos que la comparación con el mundo romano puede contribuir a enriquecer el análisis histórico emprendido por la autora. En su artículo Totelin comparó las ideas y definiciones de alimentos y medicamentos ofrecidas en el contexto de discursos filosóficos y médicos. Sostuvo que, aunque los griegos tenían términos específicos para referirse a los *alimentos* (*sitia*), a la *nutrición* (*trophē*) y a las *medicinas* (*pharmaka*), los autores hipocráticos evitaron explicar con claridad las diferencias entre estas categorías. Totelin recurrió a la obra de Celso para argumentar que ya para época romana la farmacología y la dietética constituían dos ramas médicas claramente diferenciadas (*Med*. Prefacio). En contraposición con esta idea, sostenemos aquí que, aunque teóricamente se identificaran dos caminos terapéuticos diferentes, las referencias a alimentos, que eran también utilizados como medicamentos, tanto por autores médicos como no médicos —particularmente por Plinio en su *NH*— permiten considerar un continuo de alimentos y medicinas también para el mundo romano.[170]

Al final del libro XIX, luego de exponer sobre los usos alimenticios de las plantas del jardín (*hortus*), Plinio deja en claro que la comprensión de la naturaleza de cada planta no estaba completa sin las referencias a sus usos medicinales (el tema del libro siguiente). El autor explicó las razones del tratamiento por separado de los usos alimentarios y medicinales de las mismas. Dijo que, si hubiera tratado ambos temas conjuntamente, se habría encontrado con largas interrupciones (NH 19, p. 189). Por consiguiente, aunque el autor hablaba de las propiedades de las plantas de jardín como alimento y como medicina en libros separados, queda claro que esto era así como resultado de su propuesta intelectual de explicar a la naturaleza en su totalidad y de la necesidad de organizar racionalmente la información. No obstante esto, Plinio se toma la molestia de aclarar al lector que aunque ambas dimensiones se tratan por separado, en la práctica se solapaban.

La alimentación y el arte de la medicina: Dietética y farmacia

Como ya se ha mencionado en el apartado 5.1, en el comienzo de su tratado *De Medicina*, Celso afirmaba que, del mismo modo que la agricultura prometía alimento a los sanos, la medicina prometía salud a los enfermos (*Med*., Prefacio). Siguiendo un régimen basado en la moderación y la variedad, como el que el autor expone en el primer capítulo, una persona podía gozar de buena salud sin necesidad de ninguna intervención médica (*Med*., I, 1- *regimen sanorum).* Por el contrario, Celso explicaba que las personas débiles debían seguir un régimen específico (*regimen imbeciliorum*) para

[170] En su libro *A Pompeian Herbal* (1999), Jashemski ofreció una visión de las continuidades entre los usos antiguos y modernos de las plantas medicinales en Pompeya. Aunque no refiere a los usos multicontextuales de las plantas, sí menciona el uso de varias plantas como alimento y medicina. Además, entre las especies descritas figuran malezas y hierbas comunes. Aunque muchas de las plantas de las que se ocupó la autora eran consideradas alimentos y remedios para el tratamiento de afecciones femeninas e infantiles en la obra de Plinio, ninguna de las tres plantas seleccionadas como casos ejemplares en este capítulo fue mencionada en su libro.

recuperar lo que el cuerpo o las condiciones ambientales les habían quitado (*Med*., I, 2). La debilidad no era sinónimo de enfermedad, dado comprendía una amplia gama de situaciones corporales y circunstanciales que podían comprometer el bienestar, pero que podían revertirse siguiendo una dieta adecuada: lugares y estaciones del año insalubres, edades particulares, tener una parte del cuerpo que no funcionaba bien, entre otras, podían ser causas de debilidad, pero no necesariamente significaban enfermedad.[171] El vínculo entre alimentación, salud y medicina era evidente en la obra de Celus. En el Prefacio, explicaba que la medicina se dividía en tres partes: una en la que el paciente era tratado mediante una dieta; otra en la que el tratamiento era en forma de medicamentos, y una tercera en la que el tratamiento era quirúrgico.

En los últimos dieciséis capítulos del Libro I, el autor se centró en los poderes de los alimentos (*vires ciborum*) y los clasificó en tres grupos: los más nutritivos, los de mediana nutrición y los considerados débiles (*imbecilissimam materiam*).[172] Sin embargo, el autor destacaba era el rol de los médicos prescribir el tipo de alimento adecuado en función de la fuerza del paciente y de las facultades de los alimentos, ya que cada constitución corporal (que era dinámica) y cada trastorno de la salud (que podía ser temporal) soportaba (es decir, era capaz de digerir) un tipo de alimento concreto (*Med*., I, 18-33). Del mismo modo, un mismo remedio no convenía a cualquier tipo de enfermo (*aegris*) (*Med*., II, 1). La cuidadosa evaluación de todos estos elementos por parte del médico —la fortaleza del paciente y sus circunstancias corporales y ambientales— era un factor clave en la metodología de Celso, ya que creía que el mejor medicamento era el alimento oportunamente administrado (*Med*., II, 4).

En su tratado *Sobre las propiedades de los alimentos*, Galeno afirmó que el tema era muy valioso para la medicina, ya que complementaba su obra anterior *Sobre las drogas* (*Alim. Fac*., K 453/457). Powell (2003), en su traducción de este tratado, destacó la conexión entre alimentación y farmacología, y afirmó que los antiguos veían un doble papel en los alimentos: como sustento y como agentes farmacológicos con efectos buenos o malos sobre el organismo (pp. 2-3). Galeno afirmaba que "la vida sin alimento es imposible", tanto en la salud como en la enfermedad (*Alim. Fac.*, K 453); ésta era la razón por la que las propiedades de los alimentos entraban dentro del interés de la medicina. Sin embargo, en su tratado sobre los alimentos, Galeno explicó que hablaría allí de los artículos "*qua* alimentos", en lugar de "*qua* medicamentos" (*Alim. Fac.*, K 743), aunque incluyó algunas ideas generales sobre los efectos medicinales de los alimentos en el cuerpo humano.

Por otro lado, Galeno estableció un criterio para diferenciar un alimento nutritivo de una droga nociva en su obra *Sobre las facultades naturales*. Sostenía que el segundo dominaba las fuerzas del cuerpo

[171] Por ejemplo, aunque se consideraba que el embarazo conducía a la debilidad, Celso aceptaba la existencia de embarazadas fuertes (*Med*., II, 10).
[172] Celso dio estas y otras referencias, como los jugos de los alimentos (buenos y malos), su sabor (suave y pungente), y sus efectos generales sobre el cuerpo humano (atenuar, inflar, enfriar los alimentos, favorecer el sueño, etc.), y sobre partes concretas del mismo (por ejemplo, perjudiciales para el estómago, para mover o astringir el vientre, para favorecer la orina).

mientras que el primero era dominado por ellas (*Nat. Fac.*, K 161). En este sentido, el alimento adecuado para un animal —incluido el animal humano— era aquel que podía ser alterado por su cuerpo, aunque no por un solo órgano, sino mediante la combinación de la acción de los diversos órganos de la digestión. Los alimentos que no eran apropiados para el estómago, o aquellas sustancias que se tomaban como medicina, causaban malestar y dificultad en la digestión (*Nat. Fac.*, K 173). Esta idea fue reiterada en *Sobre las facultades de los alimentos*, donde Galeno hablaba de sustancias que eran una mezcla de alimento y fármaco, y que tenían un efecto calentador, refrescante, secante o humectante sobre el cuerpo —escamonea, calabazas, eléboro y similares (*Alim. Fac*., K 467/468). Afirmó que, cuando la sustancia no actuaba sobre el cuerpo humano, sino que sólo lo nutría, no se producía una alteración cualitativa del cuerpo del consumidor, entonces la sustancia no se consideraba una droga (*Alim. Fac.*, K 468). Así pues, la diferencia entre los alimentos y las drogas residía en la forma en que interactuaban con el cuerpo humano. No obstante, la predicción sobre el efecto potencial de una sustancia en un cuerpo humano concreto debía estar en manos del médico. En este sentido, era imposible establecer una diferenciación absoluta entre una sustancia alimenticia y una sustancia medicinal, ya que era el contexto médico y terapéutico de su uso lo que la definía como una u otra.

Como ya se ha mencionado, en su tratado sobre los alimentos, Galeno consideró tanto las mezclas de humores en los seres humanos como en los alimentos, bajo la premisa de que las mezclas corporales eran dinámicas y cambiaban según las variaciones estacionales y geográficas, la edad y los modos de vida (*Alim. Fac*., K 470). Por lo tanto, las interacciones entre las distintas sustancias y el cuerpo humano también variaban, y lo que constituía un alimento nutritivo para alguien podía tener el efecto de una droga deletérea en otra persona.[173] Tanto para Galeno como para Celso, correspondía al médico analizar las variables —la fuerza del paciente, la edad, el estado de salud, la estación del año y el clima— y decidir la intervención terapéutica correspondiente (*Alim. Fac*., K 477/478).

Sorano se ocupó específicamente de la salud de las mujeres y, por asociación, de la de los niños. Como se explicó en el capítulo 5, dividió su obra entre las *cosas de acuerdo con la naturaleza* y las cosas *en contra de la naturaleza*. En ambas secciones, incluía sugerencias dietéticas en el contexto de un régimen, e indicaciones sobre el uso de fármacos, la práctica de ejercicio físico, los baños y los masajes. Sus recomendaciones dietéticas estaban vinculadas a su comprensión de los problemas digestivos que imponía cada situación (véase la sección 5.3). Por ejemplo, durante las primeras fases del embarazo, cuando el útero debía retener la semilla, Sorano indicaba evitar las sustancias picantes y los ejercicios violentos y recomendaba alimentos de carácter neutro, tales como pescados y carnes no muy grasosas y verduras no picantes. El razonamiento era que, al igual que el estómago retenía la comida mientras estaba quieto pero la expulsaba a través del vómito cuando se agitaba, del mismo

[173] En *De Alimentorum Facultatibus* (K 630), Galeno explicó que el nutrimento en la remolacha era escaso, pero se convertía en un buen fármaco cuando lo comían quienes padecían afecciones esplénicas. Por lo tanto, manifestó que en este contexto había que referirse a ella como droga y no como alimento. Galeno también mencionó que había artículos especialmente adecuados para cada especie animal (*Alim. Fac*., K 568).

modo el útero (y todo el cuerpo de la mujer) necesitaba no ser perturbado para retener la semilla. (*Gyn.*, I, 46). El mismo principio se aplicaba al régimen establecido en caso de la pica, una afección por la que a las mujeres embarazadas desean elementos no alimenticios como el carbón, la tierra o las frutas ácidas. Todo el cuerpo de la mujer tenía que ser capaz de procesar los alimentos; así que se recomendaban alimentos de fácil digestión, como un huevo pasado por agua, gachas de avena y aves no muy grasas (*Gyn*. I, 48). El autor ofreció prescripciones dietéticas para el embarazo, para el bebé, para la nodriza, para el destete, para los estados *en contra de la naturaleza* y para la menstruación dolorosa e irregular. Varios ingredientes destinados a ser utilizados como remedios en forma de cataplasmas, masajes, baños de asiento, fumigaciones, pesarios y supositorios también aparecían como alimentos entre las sugerencias dietéticas (por ejemplo, la verdolaga, el fenogreco, la cebada, el llantén y la carne de liebre). Además, algunos ingredientes de los remedios proporcionados por Sorano incluían sustancias consideradas alimentos por otros autores (como la ruda, la rúcula, el heracleum y el cardamomo, entre otros). Aunque el médico no teorizó respecto de la naturaleza de los artículos utilizados como alimento y medicina, tal como lo hicieron Galeno y Celso, el contexto de uso de cada artículo, ya fuera como alimento o como remedio, quedaba claramente definido en su narrativa.

Los autores médicos romanos presentaban una visión de la terapéutica en la que la dietética y la farmacología eran dos enfoques diferentes. Sin embargo, aunque ofrecían una explicación teórica sobre la diferencia entre *alimento* y *fármaco*, a lo largo de sus narraciones queda claro que la línea divisoria entre uno y otro dependía de la interacción particular entre las sustancias y el cuerpo humano en un contexto corporal y ambiental específico. En su esquema, correspondía a los médicos y profesionales de la salud, guiados por su experiencia y conocimientos, identificar los poderes potenciales de los alimentos y predecir la interacción con el cuerpo del paciente en el contexto de una intervención terapéutica. Es interesante notar que Galeno aceptaba el hecho de que la gente común tenía ciertos conocimientos sobre las propiedades de los alimentos, proporcionados principalmente por su experiencia en la preparación de la comida diaria (*Alim. Fac.*, K 586), pero en última instancia se consideraba necesaria la intervención de un médico para delinear un enfoque terapéutico dietético adecuado.

7.2. El uso multicontextual de los productos naturales y las relaciones entre los humanos y la naturaleza

La construcción argumentativa de la autoridad que caracterizaba a la medicina romana (analizada en el capítulo 5) llevó a los médicos romanos a intentar diferenciar claramente los alimentos de las medicinas. Sin embargo, se trataba sólo de una definición teórica, ya que en la práctica los límites

entre estas dos categorías eran difusos. ¿Cómo se entendían los alimentos y las medicinas fuera del arte médico?

La Naturalis Historia como fuente sobre las ideas romanas respecto de las relaciones entre los humanos y la naturaleza

En el prefacio de los 36 libros que componen la Naturalis Historia, Plinio dedicó su obra al Emperador y explicó el objetivo, la metodología y el alcance de su investigación. Afirmó que su tema era la "naturaleza" o, en otras palabras, la "vida", y señaló que su obra era el primer intento conocido de llevar a cabo una investigación de este tipo. Ni siquiera los griegos, dijo Plinio, que habían escrito sobre tantos temas, habían abordado este asunto de esta manera (*NH*, Praef. 14). La investigación sobre la naturaleza pretendida por Plinio lo abarcaba todo: desde el cielo hasta el subsuelo, desde la mayor de las criaturas vivas hasta los insectos aparentemente insignificantes. Su obra fue pionera por su alcance, pero también por su metodología. Es interesante observar que no sólo recopiló una lista completa de las autoridades antiguas consultadas para elaborar cada capítulo, sino que también incluyó sus propias impresiones y opiniones y, a menudo, información que no podía vincularse a ningún autor en particular. A diferencia de los autores médicos, que construían su autoridad alineándose o distanciándose de las opiniones de autores previos, como también mediante la articulación de sus afirmaciones en un marco teórico más amplio, la obra de Plinio ofrecía una interesante mezcla entre conocimiento *autorizado* y *no autorizado*.[174] Aunque el autor afirmaba que el reconocimiento de las autoridades anteriores era una cuestión fundamental (*NH*, Praef., 21-22), gran parte de las referencias a los nombres, lugares y usos de los productos naturales aparecían a menudo sin referencias autorales, como si se tratara de conocimientos compartidos. Teniendo esto en cuenta, acordamos con la afirmación de Mary Beagon (2005) de que la *NH* refleja el conocimiento común de la época de Plinio (p. IX),[175] y sostenemos que es precisamente la coexistencia de diferentes tradiciones de conocimiento lo que hace de la *NH* un producto de su tiempo y una buena fuente para entender las ideas romanas sobre las relaciones entre los seres humanos y la naturaleza.

---

[174] La noción de conocimiento *autorizado* representa la información incluida por Plinio en su obra que se encuentra vinculada a un nombre y a una reputación literaria. Por el contrario, el conocimiento *no autorizado* representa toda la información no vinculada a una autoridad reconocida. Esta idea puede leerse en relación con la afirmación de Hewera (2012, p. 20) de que la *NH* se caracteriza por una mezcla de información procedente de fuentes escritas antiguas, información oral y las propias observaciones de Plinio. Hewera interpretó la *NH* como una fuente médica porque creía que proporcionaba una visión de la medicina "científica" (*sic*), así como también de la medicina popular y la práctica mágica. Nosotros, en cambio, no consideramos a la obra de Plinio como una fuente médica, ya que él no era médico, su tema no era la medicina sino la naturaleza, y no seguía las convenciones estilísticas de los textos médicos (que se explicaron en la sección 5.1). No obstante, esto no quita que la medicina sea uno de los temas principales de la *NH*.

[175] Beagon (2005) sostuvo que a lo largo de la lectura del Libro 7 de la *NH* —y podríamos añadir que lo mismo ocurre con el resto de la obra—: "nos encontramos entrando en una compleja red de creencias, una sabiduría acumulada que deriva en primer lugar de las numerosas fuentes escritas consultadas por Plinio, pero que también refleja tradiciones no literarias, a menudo de considerable antigüedad" (p. IX). Esta mezcla de tradiciones literarias y no literarias es lo que aquí denominamos como conocimiento *autorizado* y *no autorizado*, y que es el elemento clave de la obra de Plinio. Beagon interpretó que el contenido de la *NH* representaba el "conocimiento general de fondo de un hombre bien educado, una visión del mundo en efecto casi inconscientemente absorbida y mostrada. Como tal, actúa como una valiosa indicación de las actitudes educadas en general" (p. 15).

Dos aspectos del punto de vista de Plinio son relevantes: en primer lugar, la medicina era una de las principales preocupaciones del autor y se presentaba como una de las formas en que la naturaleza era útil para los humanos, aunque no la única (*NH* 24, 1; 27, 146. Véase la sección siguiente). Afirmaba que *Natura* proporcionaba remedios que se podían encontrar en todas partes, eran fáciles de descubrir y no costaban nada (*NH* 24, 4), pero lamentaba que, en su época, los humanos no conocieran qué alimentos eran adecuados para ellos (*NH* 20, 1) y que el arte de la medicina, que se había originado en Grecia y luego había entrado en el mundo romano, ofreciera remedios misteriosos, exóticos y caros cuando, en realidad, los remedios genuinos estaban presentes en la mesa y en la huerta incluso de la gente más pobre (*NH* 24, 4). Desde el punto de vista de Plinio, esto era el resultado de la expansión imperial romana y de la consiguiente pérdida de los usos tradicionales de los productos naturales a manos de los practicantes extranjeros del arte de la medicina.[176] Sin embargo, como él mismo señaló, no era la medicina lo que condenaban los antepasados romanos, sino la profesión médica, ya que su objetivo era lucrar con la salud ajena (*NH* 29, 16).

El segundo aspecto relevante del punto de vista de Plinio es el público al que va dirigido la *NH*, como señala el propio autor en el prefacio. A pesar de estar dedicado al emperador, se dice que fue escrito "para el rebaño común, la plebe de los campesinos y de los artesanos, y después de ellos para los estudiantes que no tienen otra cosa en qué ocupar su tiempo" (*NH* Praef., 7). Aunque, como explicó Hewera (2012), la apelación a la “gente común" en este pasaje era probablemente una referencia retórica, la preocupación de Plinio por escribir para un público más amplio que el de los tratados especializados era evidente. El autor concluyó que el público imaginado de la *NH* era el lego romano medio, culto e interesado, y no un público especial de expertos (p. 21).

Mary Beagon (2005) resumió el tema de la *NH* diciendo que: "La empresa de Plinio es nada menos que una historia cultural/natural de la raza humana, de acuerdo con el conocimiento común de su época" (p. IX). Explicó que en la *NH* la naturaleza se asimilaba a la cultura, y contextualizó esta posición en el trasfondo filosófico estoico de la época de Plinio (pp. VII/VIII). Así pues, la autora sostuvo que la *NH* ofrecía una visión *antropocéntrica* de la naturaleza (p. 15). Creemos que en esta idea se mezclan dos cuestiones: por un lado, el punto de vista del autor y la imagen de la naturaleza que ofrecía; y por otro, el lugar que asignaba al ser humano en la naturaleza. En cuanto al primero, los esfuerzos de Plinio por explicar todo el universo implicaron la traducción de múltiples, diferentes y complejas ideas sobre el entorno y su funcionamiento desde la perspectiva de una mente humana. Así, en este sentido, la *NH* reflejaba, de hecho, una interpretación antropocéntrica de la naturaleza en la medida en que la propia postura de Plinio reflejaba las ansiedades y las formas humanas de explicar los fenómenos naturales. En ocasiones, las cualidades de plantas y animales se expresaban

[176] Plinio identificó la medicina como un arte extranjero que había penetrado en la sociedad romana, sometiendo a la gente a los conocimientos y la autoridad de médicos en su mayoría extranjeros, que acudían a ellos en lugar de tratar su salud con los métodos y productos tradicionales romanos. Comentó la paradoja de que, mientras que los romanos habían conquistado a otros pueblos, el pueblo romano había sido conquistado sometiéndose a los médicos: "Somos súbditos de extranjeros, y en una de las artes ellos han dominado incluso a sus amos" (*NH* 20, 4).

en términos de rasgos humanos.[177] En cuanto a la segunda cuestión, Beagon (1992) sugirió que en la *NH* se le asignaba a la raza humana una posición preeminente, situándola en la cima de la *scala naturae* (pp. 130-131). Según la autora, la noción de una organización jerárquica de la naturaleza se basaba en la lectura que Plinio hacía de las ideas de Aristóteles. Esta propuesta fue reiterada en su libro de 2005, en el que tradujo y comentó el contenido del libro 7 de la *NH*, donde Plinio refiere específicamente a los seres humanos (pp. 20-21). Aunque Aristóteles aparece como una de las fuentes consultadas por Plinio, en la *NH* no encontramos menciones a la idea de una organización jerárquica de la naturaleza. Si bien es cierto que el autor dedicó un libro entero a los humanos, y que decía que los mismos "señoreaban sobre el resto" (de los animales), la impresión general en la *NH* es que los humanos, aunque constituían una especie peculiar, estaban inmersos en la *Natura.* Es innegable que el tema de la obra de Plinio era la naturaleza (en su totalidad), independientemente de que dedicara un libro completo a explicar las variantes conocidas del animal humano. Sin embargo, existen otros elementos a considerar: en primer lugar, el autor se refiere a los humanos en el Libro 7, después de haber descrito el mundo, sus tierras, razas, mares, ríos, islas y ciudades. Luego de esto Plinio escribió sobre los animales, comenzando por los humanos "por cuyo bien la Naturaleza parece haber creado todas las demás cosas" (*NH* 7, 1). No obstante ello, también expresó que a veces era difícil juzgar si *Natura* había sido "más una madre amable para los humanos o una madrastra severa" (“ut non sit satis aestimare, parens melior homini an tristior noverca fuerit”) (NH 7, 1)[178] ya que los humanos nacían como criaturas frágiles e indefensas, dependientes de otras especies para sobrevivir. Esto demostraba que la naturaleza no siempre era benevolente con los humanos, sino que su poder podía actuar en contra de ellos. Así, aunque esta preferencia de *Natura* por los humanos los situaba por encima de otras especies, Plinio contextualizaba esto en el marco del reino animal. Por lo tanto, los humanos no estaban en la cima de la naturaleza (ya que los cielos y la tierra habían sido descritos antes que ellos), sino en la cima del reino animal por su capacidad de razonar, lo que los diferenciaba del resto de los animales (*NH* 7, 3).

La *NH* es una obra extensa y compleja, compuesta por 37 libros (36 más el Prefacio) que trata todos los aspectos de la naturaleza. Sin embargo, Plinio no explicó claramente la disposición metodológica

[177] Se decía que algunas plantas estaban relacionadas por una asociación, una societas, como en el caso de la menta y el poleo, y el poleo y la menta gatera (*NH* 20, 152-158); los elefantes eran reconocidos como criaturas inteligentes (NH 8, 1).

[178] La apelación a la naturaleza, y a sus partes, como entidades femeninas dotadas de cualidades maternales es relevante también desde la perspectiva de las actitudes de los humanos hacia la naturaleza y la maternidad. Se creía que la parte de la *natura* directamente relacionada con los humanos, la Tierra (*terra*, también una entidad femenina), recibía y nutría a los humanos, proporcionándoles "cobijo maternal" (*NH* 2, 154). Es interesante observar que en el libro 17, donde Plinio explica la propagación de los árboles, el autor utiliza términos relacionados con la maternidad: habla de la madre árbol, que produce descendencia y la nutre. Sin embargo, en *NH* 17, 45, explicó que eran necesarios viveros para los retoños, ya que el árbol madre los mataba con su sombra. La sombra de un árbol madre podía actuar como nodriza o como madrastra (aut nutrix aut noverca est) de su progenie (NH 17, 91). De este modo quedaba claro que la maternidad no sólo implicaba los rasgos positivos de una figura cuidadora y nutricia, sino también las características negativas de una madrastra que, aunque no hubiera engendrado ella misma, desempeñaba un papel importante en la crianza de la prole. En el caso de la naturaleza, retratada como madre de la humanidad, también se ofrecía esta caracterización ambigua.

de los capítulos, y la estructura de la obra dista mucho de ser evidente. La interpretación de Hewera sobre la estructura de la *NH* se inspiró en gran medida en la del filólogo Franz Römer (2012). Éste propuso que los dieciocho primeros libros de la NH eran una descripción pura de la naturaleza, mientras que los dieciocho libros siguientes ofrecían una representación de la naturaleza en relación con los seres humanos (pp. 17-18). Hewera juzgó que esta imagen de una simetría axial en la estructura de la obra era una explicación convincente. Añadió que la primera mitad constituía una mera descripción de la naturaleza, mientras que la segunda la representaba como sanadora y cuidadora de los humanos. Además, señaló que la descripción comenzaba con los elementos inanimados de la naturaleza y avanzaba hacia los animales y las plantas. El final del Libro 19 fue considerado un punto de inflexión, iniciando la segunda parte, en la que la naturaleza se representaba como una ayuda para los humanos. Comienza por las plantas, luego sigue por los animales y, por último, con los minerales; en otras palabras, se pasa de lo animado a lo inanimado (véase la figura).

Figura 8

Organización de la Naturalis Historia de Plinio

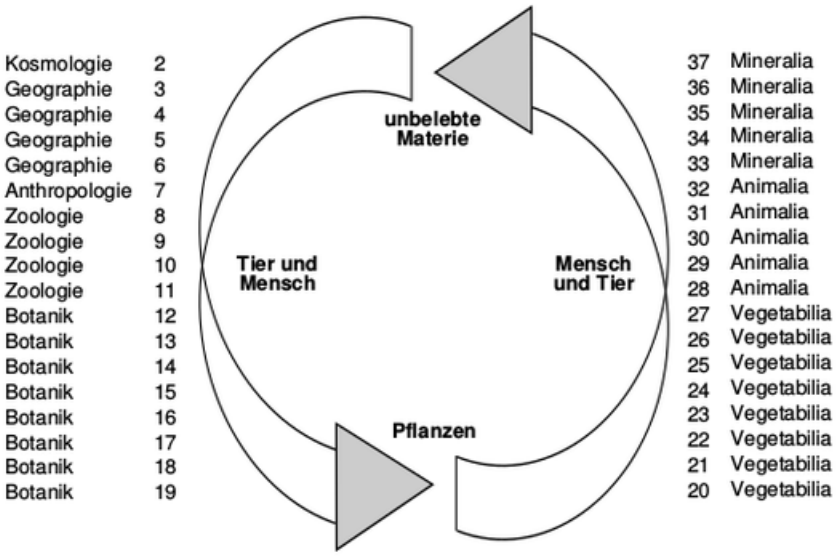


Abbildung 1: Aufbau der *Naturalis Historia*

Nota: Tomado de Hewera 2012, pp. 18.

La estructura de la *NH*, según la interpretación de Römer y Hewera, incorporaba en cierta medida la posible influencia de las ideas de Aristóteles sobre biología en la obra de Plinio, situando a los humanos en una posición especial en comparación con el resto de los seres vivos; sin embargo, el tratamiento de los elementos no reflejaba necesariamente una jerarquía en la que los humanos estuvieran en la cima. Por el contrario, aparecían como parte, aunque especial, de la obra de la naturaleza. Como ya se ha mencionado, al final del libro 19, Plinio concluye su tratamiento de las plantas de jardín desde la perspectiva de sus usos alimenticios y añade que la verdadera naturaleza

de cada planta no podía comprenderse plenamente si no se estudiaba su efecto medicinal. Aclaró que, hasta ese momento, no había tratado conjuntamente ambas dimensiones porque ello habría merecido largas interrupciones (*NH* 19, 189). Como han propuesto ambos académicos alemanes, el final de este libro, efectivamente puede interpretarse como un punto de inflexión, ya que el autor explicó que había que analizar los usos medicinales de los productos naturales descritos para comprender plenamente el conjunto de la creación de la naturaleza. Hewera, entonces, interpretó que la segunda mitad del NH se centraba en explicar cómo la naturaleza era sanadora y cuidadora de los humanos. Partiendo de esta imagen de la estructura de la *NH*, proponemos entenderla como una obra sobre la relación entre los humanos y la naturaleza: sobre cómo *Natura* se expresaba a través de sus poderes (*vires*) y cómo los humanos interactuaban con estos poderes para garantizar su sustento y su salud. Así pues, acordamos con ambos en que la primera mitad de la obra de Plinio podría interpretarse como una descripción de la naturaleza, pero proponemos añadir que era una descripción de cómo la naturaleza proporcionaba los medios para el sustento y la preservación humanas (*NH* 17, 58; 18, 1-5). La segunda mitad, por su parte, podría interpretarse como un análisis de la utilidad de la naturaleza para los seres humanos, incluyendo, entre otros, los usos medicinales de los productos naturales. En consecuencia, el tono general de la obra de Plinio es antropocéntrico, dado que ofrece una interpretación de la naturaleza desde la perspectiva humana. No obstante, su explicación del rol de los humanos en la naturaleza no es antropocéntrica, en la medida en que reconoce que éstos, al igual que el resto de las creaciones de *Natura*, se encuentran inmersos en el mundo natural.

Relaciones entre los humanos y la naturaleza: vires, utilitas y el papel de la alimentación

Plinio se refirió a *Natura* como una divinidad, cuyo poder se difundía por todas partes.[179] Todas las creaciones de la naturaleza, incluido el animal humano, estaban dotadas de poderes (*vires*). Como sugerió Plinio, aunque los distintos elementos naturales poseían estos *vires*, el poder y la majestad ("vis atque maiestas*"*)[180] globales de la naturaleza debían contemplarse como un todo (*NH* 7, 7). En otro pasaje, la capacidad de la naturaleza para producir árboles a partir de pequeñas semillas se interpretaba como una prueba de su poder y potencia ("haec est naturae vis, haec potentia").[181] La descripción que hace Plinio de los productos de la naturaleza y de sus posibles usos por el ser humano incluye referencias a estos poderes. Por ejemplo, se dice que el ajo tiene una fuerza potente ("alio magna vis"), y se afirma que esa fuerza es muy beneficiosa contra los cambios de agua y de residencia.[182] En otros casos, los comentarios acerca de los poderes de los distintos elementos se basaban en su posible uso como medicinas, alimentos e incluso depilatorios con fines cosméticos

[179] Beagon (2003) asoció esta noción de la divinidad de la naturaleza a la filosofía estoica, contemporánea de Plinio.
[180] En esta sección, añadimos las expresiones latinas utilizadas por Plinio entre paréntesis en el texto principal, dado que consideramos que son relevantes para sostener los argumentos que se exponen. En las notas a pie de página, proporcionamos un contexto más amplio de la referencia en latín cuando sea necesario.
[181] "non omittendo naturae miraculo e tam parvo gigni arbores tanto maiore tritici et hordei grano, ne quis fabam reputet (...)haec est naturae vis, haec potentia" (*NH* 17, 72).
[182] *"*Alio magna vis, magnae utilitatis contra aquarum et locorum mutationes" (*NH* 20, 50).

(*NH* 19, 16; 29, 18; 30, 32).[183] También se creía que la sangre menstrual de las mujeres tenía poderes (*NH* 28, 77-78).[184]

Estos poderes, presentes en todas las creaciones de la naturaleza, no permanecían inalterados. Por ejemplo, se creía que los poderes de algunas plantas eran más fuertes en sus distintas partes (raíces, hojas, etc.),[185] en una época concreta del año[186] o del ciclo de la planta.[187] El proceso de elaboración del vino afectaba a los *vires* originales de las uvas, como decía Plinio: "Debemos recordar que el vino es jugo de uva que ha adquirido fuerza (*vires*) por la fermentación" (NH 23, 45). Sin embargo, el vino se volvía saludable para los humanos si se colaba primero para extraer parte de esos *vires*: "Los vinos son más beneficiosos (*saluberrimus*) cuando toda su potencia (*viribus*) ha sido vencida por el colador" (*NH* 23, 45). Como vemos, la interacción humana también era un factor que afectaba a los poderes de los productos naturales.

La otra noción que se deriva de la lectura de la *NH* como una obra sobre la relación entre los seres humanos y los productos de la naturaleza es el de *utilidad*. A diferencia de *Natura*, la Tierra (*terra*), la parte del mundo natural de la que se dice que es la madre de los humanos, ya que los acoge y los nutre (*NH* 2, 154), es presentada como amable, gentil e indulgente: "una sierva al servicio (*usus*) de los mortales, que produce bajo nuestra coacción o prodiga por su propia voluntad" (*NH* 2, 155).[188] Sin embargo, aunque a Plinio le resultaba difícil decidir si *Natura* era una madre bondadosa o una madrastra severa, decía de ella que producía cosas porque eran útiles y servían de alimento ("usus alimentique gratia genuit") (NH 21, 1), o que creaba plantas para las necesidades y el placer de la humanidad ("utilitatibus hominum aut voluptatis") (NH 22, 1). Los dones de Pomona —la diosa romana de la abundancia y de los frutales—, a diferencia de los frutos de la tierra que se conseguían con trabajo y sufrimiento, se encontraban fácilmente al alcance de la mano: las frutas caían de los

---

[183] Como medicina, por ejemplo, la linaza: "inter medicamina huic vis et in quodam rustico ac praedulci Italiae traspadanae cibo, sed iam pridem sacrorum tantum gratia" (NH 19, 16). Se decía que los huevos eran útiles como alimento para los enfermos: "cibo quot modis iuvent notum est, cum transmeent faucium tumorem calfactuque obiter foveant. nullus est alius cibus qui in agritudine alat neque oneret simulque vim potus et cibi habeat" (NH 29, 48). La sangre de murciélago, por su parte, era un ejemplo de artículo con reconocido poder depilatorio: "Verpertilionum sanguis psilotri vim habet" (*NH* 30, 132).

[184] Los *vires* de la sangre menstrual interactuaban con los de la luna y el sol durante los eclipses, y se decía que la propia menstruante tenía este poder: "si in defectus lunae solisve congruat vis illa, inremediabilem fieri, non segnius et in silente luna, coitusque tum maribus exitiales esse atque pestiferos, purpuram quoque eo tempore ab his pollui, tanto vim esse maiorem, quocumque autem alio menstruo si nudatae segetem ambiant, urucas et vermiculos scarabaeosque ac noxia alia decidere" (*NH* 28, 77-78).

[185] Las semillas y la raíz de la peonía diferían en sus *vires*: “Muliebribus morbis medetur maxime in universum paeoniae herbae semen nigrum ex aqua mulsa. eadem et in radice vis” (*NH* 26, 151).

[186] Se decía que los poderes de las raíces de la viborera morada eran más fuertes en la época de la cosecha: "et radice et foliis, aeque cibo ac potu. vires habet messibus" (*NH* 22, 51).

[187] Plinio proporcionó algunas reglas generales relativas a la potencia de los *vires* de las distintas partes de las plantas y durante diversos ciclos vegetales: "Ne illud quidem dubitatur, omnium radicum vim effectusque minui, si fructus prius ematurescant, item seminum ante radice propter sucum incisa, resolvitur autem omnium vis consuetudine, et desinunt prodesse, cum opus est, quae cottidie in usu fuere acque quam nocere. omnes vero herbae vehementiores effectu viribusque sunt in frigidis et in aquilonis, item siccis" (*NH* 27, 144).

[188] Aunque la traducción reza "al servicio de los mortales", el término utilizado por Plinio era "usus", que apuntaba a su utilidad. No obstante, la idea de estar al servicio de los humanos queda clara con el término "ancilla": "at haec beningna, mitis, indulgens, ususque mortalium semper ancilla, quae coacta generat, quae sponte fundit" (NH 2, 155).

árboles cuando maduraban y se recogían sin necesidad de una laboriosa preparación. Plinio comentó que ella había creado más para nuestro beneficio (*utilitatis*) que para nuestro placer (*NH* 23, 2).[189] Como vemos, los productos de las diversas entidades que componen el mundo natural resultaban útiles de diferentes maneras. Aunque la tierra se presentaba como sierva de los humanos, la utilidad de los productos de Natura y Pomona estaba relacionada con la necesidad humana de alimento. Además, era posible que los humanos descubrieran los diferentes usos de las creaciones de la naturaleza, como en el caso de aquellas personalidades que, mediante una cuidadosa investigación, convirtieron en medicinas artículos naturales que incluso las bestias se negaban a tocar como alimento (*NH* 25, 3).[190]

La naturaleza proporcionaba cosas útiles de diversas formas. Las medicinas y los alimentos eran las principales. Se decía que varios elementos resultaban útiles para superar problemas de salud. Por ejemplo, se decía que la mantequilla era beneficiosa para los bebés ("Infantibus nihil butyro utilius") (*NH* 28, 257); y se creía que la liebre era de gran utilidad para las mujeres ("magnus et leporis usus mulieribus") (*NH* 28, 248); se decía también que el acorón (una planta) era útil para las enfermedades internas de las mujeres ("acoron quoque utile est interioribus feminarum morbis") (*NH* 26, 160); y la capuchina con miel se describía como "muy útil para los infantes" ("infantibus vero e melle utilissime") (*NH* 20, 129); la cerraja, por su parte, era muy útiles para aquellas mujeres que sentían que se les cuajaba la leche ("utilissimus his quae lac sibi coire sentiant") (NH 22, 89. Véase también la sección "Alimentos y medicinas para mujeres y niños"). Otros artículos se describían como útiles con fines medicinales en términos generales: "El azafrán (...) es muy útil en medicina" ("utilissimum in medicina") (NH 21, 137). Incluso la introducción por Plinio de los "remedios inmundos"[191] se explica por el interés del autor en hablar de las cosas útiles para la vida humana ("quando ita decretum est, minorem gratiae quam utilitatum vitae respectum habere") (*NH* 28, 3). Entre los remedios procedentes de fluidos corporales humanos, el autor destacaba la leche materna: "En cuanto al uso de la leche de mujer, se conviene en que es la más dulce y delicada de todas, muy útil en las fiebres largas y en la celiaquía especialmente la leche de la mujer que ya ha destetado a su hijo" (*NH* 28, 72).[192] En general, la leche materna, se creía, era la más beneficiosa para todos ("sicuti e lactis usu utilissimum cuique maternum") (*NH* 28, 132).

La utilidad de los productos de la naturaleza como alimento también fue destacada por Plinio. La remolacha, por ejemplo, era útil como alimento, consumida con lentejas y habas en ensaladas, de forma similar a los vegetales ("usus his et eum lenti ac faba, idemque qui oleris") (*NH* 19, 133). Las habas y los lupines eran utilizados de diversas maneras para la alimentación de todo tipo de bestias y

[189] "certavit ipsa secum plusque utilitatis causa genuit etiam quam voluptatis" (*NH* 23, 2).
[190] "ad quos usus herbarum fila pertinerent, etiam quadripedum pabulo intacta ad salutis usus vertentes" (*NH* 25, 3).
[191] Hewera (2012) y Totelin (2009) utilizaron el término alemán *Dreckapotheke* para referirse al uso medicinal de los desechos y fluidos corporales humanos. Plinio dedicó todo el Libro 28 al uso medicinal de estas sustancias.
[192] "De lactis usu convenit dulcissimum esse mollissimumque et in longa febre coeliacisque utilissimum, maxime eius quae iam infante removerit" (*NH* 28, 72).

especialmente para los humanos ("iam vero et pabulo, in pane venali. fabae multiplex usus omni quadripedum generi, praecipue homini") (*NH* 18, 117; 18, 133). Algunos artículos alimenticios son presentados como útiles en determinadas estaciones del año: "Los rábanos se consideran un alimento muy valioso en invierno" ("utilissimi in cibis hiberno tempore") (*NH* 19, 87). La descripción de una amplia gama de usos de los productos de la naturaleza es una característica particular del discurso de Plinio en la *NH*, y entre ellos, el uso de artículos tanto como alimento como con fines medicinales era recurrente (véase la siguiente sección); por ejemplo, se decía que la ortiga era útil para la tráquea ("utilissimam cibis coctam conditamve professus arteriae") (*NH* 22, 35) y que la carne del cuervo consumida como alimento era útil en enfermedades crónicas ("cornicis carnes esse (...) in longis morbis utilissimum putant") (NH 30, 104).

Si acordamos en que la *NH* es en realidad una obra sobre las relaciones entre los seres humanos y la naturaleza, cabe preguntarse: ¿qué papel desempeñaba en ellas la alimentación? Desde la perspectiva de la naturaleza expuesta por Plinio, podemos ver que los *vires* de los elementos utilizados como alimentos y remedios interactuaban internamente con el cuerpo humano. Los humanos ingerían plantas y animales en diversas formas (crudas, hervidas, procesadas, en partes, etc.) y tanto las características de los elementos naturales como también los procesos implicados afectaban la intensidad y el efecto potencial de esos *vires* en el cuerpo que los recibía. La idea de que los artículos de alimentación y medicina poseían *vires* variables que interactuaban con el cuerpo humano también estaba presente en el enfoque de la dietética y la farmacología de los autores médicos, como se ha explicado en el apartado anterior. Sin embargo, es en el marco más amplio de las interrelaciones entre el ser humano y el medio ambiente que ofrece Plinio donde podemos ver la alimentación como una forma de interacción entre las fuerzas naturales de los alimentos y las del cuerpo humano. Por otra parte, la utilidad de los productos de la naturaleza residía en las potencialidades de las propias sustancias naturales y en los conocimientos sobre cómo utilizarlos, antes que en un *beneficio* resultado de su explotación por parte de los humanos. Por lo tanto, en lugar de pensar en los humanos en términos de una relación basada en el dominio y en la extracción de los recursos de la naturaleza, la imagen de seres humanos afectados por e inmersos en las fuerzas de la naturaleza, resulta más representativa de la propuesta de Plinio. Dentro de este marco, los intercambios entre los humanos con las plantas, los animales y los minerales para los fines de su alimentación y salud constituyen dos formas diferentes —aunque relacionadas— de interacción con la naturaleza.

Alimentos y medicinas para mujeres y niños en la Naturalis Historia

En este apartado, nos enfocamos en las menciones a la utilización de productos naturales como alimentos y como medicinas en la *Naturalis Historia* de Plinio, concretamente en relación con las mujeres y los niños. Dada la extensión de la obra de Plinio y la falta de precisión de algunos pasajes, no es posible proveer un análisis exhaustivo del tema. No obstante, el objetivo es ofrecer una impresión general de la recurrencia de referencias a las condiciones corporales de las mujeres y los

niños entre las descripciones del autor respecto de los usos de los productos naturales. Con esto pretendemos mostrar que un gran número de los elementos mencionados en relación con el tratamiento de las afecciones corporales de mujeres y niños también se reconocían como alimentos, se tomaban con alimentos o se preparaban siguiendo operaciones similares a las de los productos alimenticios. El concepto de un *continuo de alimentos y medicinas*, referido anteriormente, permite arrojar luz sobre toda una serie de usos y efectos de los alimentos más allá de la nutrición y el sabor, incorporando de esta manera la dimensión medicinal de los mismos. Hemos recogido menciones a artículos relacionados con el tratamiento de problemas de salud de mujeres y niños, donde se menciona su utilización como alimentos y como remedios. También registramos las afecciones corporales para las que eran utilizados y las indicaciones respecto de su preparación y administración, siempre que fuera posible. Además, hemos incluido sustancias mencionadas por Galeno y Sorano en relación con prácticas alimentarias y medicinales de mujeres y niños, con el fin de contrastar el tratamiento médico y no médico de los alimentos y medicamentos (véase el Apéndice: Tabla alimentos y medicinas utilizados para la salud de mujeres y niños).[193]

Como resultado, hemos registrado un total de 321 artículos presentados por Plinio en la *NH* en conexión con la salud femenina y/o infantil. De ellos, 312 (97,20%) han sido etiquetados como medicina, y 137 (42,68%) considerados alimentos, mientras que 134 (41,74%) se encuentran, al mismo tiempo, asociados al tratamiento de las condiciones de salud de mujeres y niños y referidos como alimento. En otras palabras, el uso solapado de productos naturales como alimento y medicina se presenta en casi la mitad de los artículos enumerados.

De los 321 artículos registrados en la *NH* como útiles en casos de dolencias de mujeres y niños, 283 (88,16%) son mencionados exclusivamente por Plinio y no aparecen como alimentos o medicinas para mujeres y niños en las obras de los otros autores consultados. De los 50 artículos referenciados por Sorano como alimentos utilizados para el tratamiento de ambos grupos, sólo 11 son presentados exclusivamente por él, mientras que 36 de ellos son mencionados también por Plinio. Las referencias de Galeno a artículos asociados a las mujeres y los niños en su tratado *Sobre las facultades de los alimentos* ascienden a apenas 6, y sólo 2 de ellos no se encuentran ni en la obra de Plinio ni en la de Sorano. Está claro, pues, que el ámbito de los alimentos y medicinas identificadas en interacción particularmente con los cuerpos de mujeres y niños en la *Naturalis Historia* es mucho más amplio que los ofrecidos por los autores médicos. Esto evidencia la gran distancia existente entre lo que los autores médicos consideraban y describían como alimentos —ya fuera con fines nutricionales o por

[193] La información de la Tabla ha sido recogida con el objetivo de analizar las menciones recurrentes a elementos naturales utilizados como alimento y/o como medicina para la salud de mujeres y niños. Dada la extensión de la información recogida, un amplio abanico de posibles aplicaciones, interpretaciones y análisis son posibles. Esto va más allá del alcance de esta tesis, pero la pongo a disposición con la esperanza de que sea útil para futuros trabajos.

su valor terapéutico— y las nociones y prácticas relativas a la alimentación y la medicina fuera del arte médico.[194]

Este marco más amplio de fuentes de alimentos y medicamentos expuesto por Plinio es, al mismo tiempo, indicativo de un tipo diferente de relaciones entre los seres humanos y la naturaleza a los fines de garantizar la salud. Además de incluir las propiedades medicinales de los alimentos y medicinas que resultaban relevantes para la reversión de un estado corporal *en contra de la naturaleza* (*kata physin*), Plinio también proporcionó información para su identificación, recolección, preparación, almacenamiento y administración. Consideramos que esto demuestra la intención del autor de ofrecer al lector información práctica. En este sentido, se puede inferir un nivel más informal de las prácticas relacionadas con la salud que el que aparece en los tratados médicos. Plinio describió los usos de elementos naturales para tratar diversas afecciones, incluidas las de mujeres y niños, e integró sugerencias de autores médicos pero también información proveniente de fuentes *no autorizadas*, respecto de alimentos, medicinas y protección mágica. Mientras que los autores médicos reforzaban la noción de que correspondía al propio médico delinear el enfoque terapéutico que guiaba la inclusión de productos naturales sea como alimentos o medicinas, en la *Naturalis Historia* la intervención médica se consideraba innecesaria (véase más adelante). Además, la información compartida por el autor ofrecía puntos de vista divergentes e incluso contradictorios sobre los múltiples usos de los productos naturales. Esto convierte a la obra de Plinio en una fuente integradora de información sobre ideas y prácticas disponibles que, aunque no tenían el peso de la autoridad asociada a un nombre y a una reputación, como la de los médicos, eran consideradas dignas de ser incluidas.

Mientras que Plinio incluía todos los usos conocidos de los productos naturales, independientemente de su adscripción a una autoridad, los autores médicos trataban de forma diferente las prácticas alimentarias y de salud propias de mujeres y niños. En el tratado de Galeno sobre los alimentos, las referencias a las mujeres y los niños en relación con los alimentos son escasas: el autor manifiesta que las lentejas son inapropiadas durante la menstruación, pero útiles para el flujo femenino (*Alim. Fac*., K526); que el apio caballar (*smyrnion*) ayuda a provocar la menstruación (*Alim. Fac*., K637/638); y que las habas se utilizan como alimento, en general, pero que además eran utilizadas por las mujeres con fines cosméticos (*Alim. Fac*., K530). Dos de las referencias restantes se relacionan con lo que el médico consideraba como usos problemáticos de los alimentos: por un lado, dice que la lengua de vaca (*oxylapathon - Rumex Crispus*) tiene un sabor ácido y es poco nutritivo. A pesar de ello, según el autor: "en las zonas rurales, las mujeres embarazadas con antojos extraños (pica), y a veces los niños curiosos, comen lengua de vaca" (*Alim. Fac.*, K635). Por otra parte, aunque se consideraba una fuente pobre de nutrición, mala para el estómago y difícil de preparar, Galeno sostuvo que la azufaifa (*Ziziphus*): "es una comida que comen las mujeres y los niños jugando" (*Alim.*

[194] Hewera (2012) sostuvo, siguiendo a Nutton (2004), que la gama de sustancias de Plinio era incluso mayor que la proporcionada por Dioscórides. Sugirió que esto se debía a que Plinio añadió a su obra información oral y sus propias observaciones a las fuentes escritas de diversos autores.

Fac., K614). Cabe señalar que, en estas dos referencias, encontramos la desaprobación por parte del autor de las prácticas descritas o incluso el desconocimiento manifiesto de los motivos subyacentes de quienes consumían esos artículos. Podría argumentarse que las divergencias entre las prácticas de mujeres y niños y el propio conocimiento y marco teórico de Galeno surgen de su falta de reconocimiento de las propiedades nutricionales y medicinales de esos artículos.[195] No obstante, es interesante que, independientemente de la postura del autor, los incluyera en su tratado.

En la obra de Sorano, dedicada específicamente a la salud de la mujer y, por asociación, al tratamiento de los infantes, se ofrecen nociones generales sobre el régimen adecuado para sus diferentes etapas vitales y problemas de salud. En algunos casos, el autor proveyó una explicación detallada de los alimentos recomendados. Junto a ellos, mencionaba el uso de las sustancias naturales o su preparación en forma de remedios, ya fueran para uso interno (como supositorios) o externo (en forma de cataplasmas, emplastos y ungüentos). Sin embargo, más allá de los elementos enumerados como parte de la dieta sugerida para la pica y el embarazo tardío, y de la dieta recomendada para tratar la amenorrea y la dismenorrea (ausencia de menstruación y menstruación dolorosa, respectivamente), otras referencias al tratamiento de enfermedades refieren a la alimentación en términos generales (por ejemplo: "evitar los alimentos picantes", "comer alimentos ligeros y de fácil digestión", etc.). La aparición de problemas médicos exigía la intervención directa de los profesionales, por lo que las especificidades de la dieta adecuada para cada caso dependían del criterio del médico o comadrona A lo largo de la descripción que hizo Plinio de la naturaleza y del uso de sus productos por parte de los humanos, en cambio, aparece una imagen más matizada de los posibles peligros y de los procesos corporales que experimentan mujeres y niños en la que la intervención de un médico resulta menos relevante.

---

[195] Existe un gran grado de incertidumbre en la asignación de nombres modernos a las plantas específicas mencionadas en las fuentes antiguas. La azufaifa (*Ziziphus jujuba*, también llamado dátil rojo) ha sido consumido como alimento, aditivo alimentario y aromatizante durante miles de años y se utiliza aún en la medicina tradicional china (MTC) para el tratamiento de la anorexia, la fatiga, el insomnio, las heces blandas en síndromes carenciales del bazo y de la histeria en las mujeres. Sus principales componentes biológicamente activos son la vitamina C, los fenoles, los flavonoides, los ácidos triterpénicos y los polisacáridos. Entre sus beneficios para la salud, se han evaluado sus propiedades anticancerígenas, antiinflamatorias, antiobesidad, inmunoestimulantes, antioxidantes, hepatoprotectoras y protectoras gastrointestinales, entre otras (Hua et al., 2022). Los efectos ansiolíticos e hipnótico-sedantes de las semillas y hojas de muchas especies de *Ziziphus* han sido igualmente reconocidos en la investigación científica moderna. Se sabe que deprimen la actividad del sistema nervioso central, lo que reduce la ansiedad e induce el sueño (Mahajan & Chopda, 2009). Resulta probable que Galeno se refiriera a la *Ziziphus spina-christi*, que es común en Oriente Próximo y también ha sido utilizado como alimento y por sus propiedades medicinales (para tratar la fiebre, los dolores, la caspa, las heridas y úlceras, las afecciones inflamatorias, el asma y para curar enfermedades oculares). Posee propiedades antibacterianas, antifúngicas, antioxidantes, antihiperglucémicas y antinociceptivas. Los principales fitoquímicos reportados de esta planta son flavonoides, alcaloides y saponinas (Jinous & Elaheh, 2012). Los frutos de ambas especies se consumen hoy en día como “snacks oportunistas”, ya que son un recurso de fácil acceso.
La lengua de vaca (*Rumex crispus*) es una planta herbácea perenne que ha sido utilizada tradicionalmente en el tratamiento de dolencias gastrointestinales, infecciones y enfermedades de la piel. Se cree que sus propiedades antiinflamatorias son útiles para la prevención de enfermedades crónicas según la investigación científica moderna (Pan et al., 2020).

La explicación sobre los usos de los distintos artículos, como alimentos y/o medicinas, en la *NH* adopta dos formas: en primer lugar, encontramos referencias a los usos de los artículos para diversas afecciones de salud, incluidas entre ellas las relacionadas con las mujeres y los niños. En segundo lugar, al final de los libros 26 y 28, se presentan *en bloc* listas de enfermedades de mujeres y niños y recetas para su tratamiento.[196] El autor menciona los ciclos ciclos fisiológicos, las partes del cuerpo que pueden experimentar malestar y los síntomas para los que son útiles los artículos a los que refiere. Por ejemplo:

-Útero: sofocaciones, purgaciones, dolores, enfermedades, úlceras, tumores y prolapsos; recomendaciones para abrirlo.

-Senos: induraciones, dolores, enfermedades.

- Menstruaciones (también llamadas "purgaciones" o "flujos"): consejos para favorecerlas y detenerlas; artículos reconocidos como "beneficiosos para la menstruación", menstruaciones retrasadas y flujo blanco.

-Fertilidad y concepción: consejos para invertir la esterilidad.

-Embarazo: náuseas, aborto y aborto espontáneo; advertencias contra las sustancias nocivas para el feto.

- Parto y posparto: sugerencias para facilitar el parto, expulsar un feto muerto, purgar los restos del parto, contra la retención de la placenta o para expulsar la placenta.

-Lactancia: recomendaciones sobre cómo favorecer la producción de leche, detener el flujo de leche; advertencias contra sustancias nocivas para el bebé.

-Padecimientos del lactante: úlceras, dolor de oídos, de cabeza, de encías, tos, dentición, siriasis, lombrices, líquenes, hernias, epilepsia, oftalmia y procidencia de ano, entre otros.

Sin embargo, no se describían o explicaban las causas fisiológicas de estas condiciones corporales como en los tratados médicos. Dado que el tema de Plinio era la naturaleza, y no la medicina, la organización de sus libros seguía una lógica diferente. El autor se ocupaba de plantas, animales y minerales individualmente, ofreciendo toda la información de que disponía sobre cada ítem y, entre esta información, mencionaba sus usos para tratar las afecciones antes mencionadas. A veces, incluso daba indicaciones sobre qué partes de las plantas o animales eran de utilidad y su correcta manipulación, procesamiento y preparación. De este modo, en lugar de ofrecer una interpretación autorizada y sugerencias sobre cómo tratar los problemas de salud con la ayuda de las creaciones de la naturaleza, Plinio establecía un rango de usos para los distintos artículos. En este sentido, la

[196] Las recetas recopiladas sobre enfermedades femeninas e infantiles al final de esos libros parecen haber sido copiadas de obras de ginecología (ya que a veces figuran los nombres de autoridades médicas). El ritmo de la presentación y el hecho de que estén reunidas al final de los libros diferencian estos pasajes de otras referencias, ya sea a enfermedades o a grupos de población, en la obra de Plinio.

Naturalis Historia no resulta un texto prescriptivo (que indique lo que debe hacerse en un caso concreto), sino más bien una recopilación de prácticas y creencias sobre el uso de productos naturales.

Esto no significa que la *NH* deba interpretarse como un manual sobre medicina y la salud.[197] Sería difícil determinar hasta qué punto la gente habría tenido acceso a su contenido y, más aún, cómo habría sido utilizada esta información. En su lugar, proponemos pensar que la obra de Plinio sirvió como una compilación de conocimientos autorizados y populares que constituían el universo de ideas y prácticas socialmente disponibles en relación con los productos naturales. En este sentido, las referencias de Plinio al uso de plantas, animales y otros elementos para tratar una gran variedad de condiciones corporales y de salud en mujeres y niños pueden ser un reflejo de la existencia de fuentes alternativas de alimentos y medicinas, dependiendo del contexto social, geográfico y climático. Pero, ¿hasta qué punto eran accesibles estos elementos reconocidos como alimentos y medicinas?

Dado que Plinio ofrecía un relato exhaustivo de cómo la Naturaleza ayudaba a la humanidad, su descripción de la misma implicaba la consideración de distintos ámbitos ("lo que está en el cielo —astronomía—, lo que está entre el cielo y el suelo —las tierras, plantas terrestres, animales e insectos—, lo que se encuentra bajo tierra —minerales— y lo que se encuentra bajo el agua"). Lo que existe entre el cielo y el suelo es objeto de varios libros, siendo las plantas el tema más extensamente tratado. Las plantas exóticas, las especias y los perfumes son tratados en los libros 12 y 13; la vid, el olivo y otros árboles frutales y de frutos secos ocupan los libros 14 y 15, mientras que otros árboles son el tema del libro 16. Del Libro 18 al Libro 27, Plinio menciona diferentes plantas y sus usos. Curiosamente, mientras que los Libros 18 a 24 se refieren a las plantas cultivadas, el Libro 25 está dedicado a las plantas silvestres, y los dos libros siguientes tratan de las medicinas basadas en plantas. En este contexto, quisiéramos resaltar los siguientes elementos incluídos en la narrativa de Plinio a lo largo de estos libros: las plantas de la huerta, las espontáneas (o *sponte*, plantas que crecen por sí solas), las llamadas *malezas* y las plantas silvestres.

En cuanto a las plantas del huerto, como se mencionó en el apartado 6.2, Plinio sugirió que el *hortus* se consideraba "la granja de los pobres" porque proporcionaba una gran parte de los alimentos de las clases bajas (*NH* 19, 51-52). También afirmó que, incluso en el contexto de la ciudad de Roma, la gente cultivaba hortalizas en sus ventanas independientemente de su falta de acceso a un pedazo de tierra (*NH* 19, 59). Señalaba también que los productos de la huerta, aunque no gozaban de gran estima por parte de la opinión popular, se comían mayoritariamente crudos y, por tanto, no

[197] Bailey (2012) caracterizó la obra de Plinio, junto con la de Celso, como "enciclopedias médicas" (p. 86). Sin embargo, observamos que las mismas pertenecen a tradiciones literarias distintas y que su temática es marcadamente diferente: mientras que Celso escribía sobre medicina, el tema de Plinio eran las relaciones de los seres humanos con la naturaleza. No obstante, coincidimos con la autora en que el contenido de la *NH* podría haberse utilizado en el contexto de la medicina doméstica y que Plinio contribuyó a formalizar las tradiciones médicas orales existentes para preservarlas para las generaciones futuras (p. 21).

necesitaban fuego para cocinarse, por lo que eran dignos de admiración, ya que ahorraban combustible y se podían adquirir fácilmente en las tiendas. Como fuente de alimento, no sobrecargaban los sentidos, y el uso de hierbas como condimento hacía innecesarios artículos exóticos y lujosos, como la pimienta india. Como conclusión, Plinio reivindicó el valor de los productos del *hortus*: "Por lo tanto, que los vegetales también tengan su merecido honor y que no se les quite el respeto a las cosas por el hecho de ser comunes" (*NH* 19, 59). Como se explicó en el capítulo 6, se creía que el mantenimiento del *hortus* era responsabilidad de las mujeres (*NH* 19, 57).

El término *sponte* fue utilizado por Plinio para hacer referencia a aquellas plantas que crecían por sí solas y no eran cultivadas voluntariamente. El autor reconoció que la utilidad tanto de las plantas espontáneas como de las cultivadas superaba incluso a la de los cereales (*NH* 19, 2). Reconoció que en Italia se conocían muy pocas de estas plantas espontáneas y que en Egipto, aunque la tierra era fértil y la gente disponía de varios cultivos, estas plantas proporcionaban abundante alimento (*NH* 21, 86). El *bupleuron* era una de las especies identificadas como *sponte*, utilizada como alimento y medicina para las mujeres (concretamente, se creía que esta planta ayudaba a expulsar la placenta después del parto).

Plinio también se refirió a las malezas (*ignobilibus herbis*) para resaltar su debida dignidad (*auctoritas*) (*NH* 22, 5), y lamentó que la gente no conociera las medicinas que la naturaleza proporcionaba a través de las plantas, ya que algunos artículos se consideraba que no tenían valor, o ninguna utilidad para los humanos debido a su apariencia (como era el caso de las plantas espinosas) (*NH* 22, 14-17). Al inicio del Libro 25, Plinio ofreció una perspectiva socio histórica del conocimiento humano sobre la "gloria de las plantas", alabando a "los hombres de antaño" (los antepasados) que no dejaban nada sin probar o intentar, ni guardaban como secreto lo que era de valor para la posteridad. Por el contrario, el autor afirmaba que sus contemporáneos ocultaban los conocimientos adquiridos previamente. Ese conocimiento acumulado incluía plantas interesantes, atractivas como alimento y útiles para alcanzar la salud (*NH* 25, 3). Entre las autoridades reconocidas por Plinio en materia de botánica, encontramos personajes históricos y míticos: Herófilo, Homero, Circe y Medea de Cólquida; sin embargo, el autor comentó que:

> La razón por la que no se conocen más hierbas es porque la experiencia sobre ellas se limita a los campesinos analfabetos, que forman la única clase que vive entre ellas; además, nadie se preocupa de buscarlas cuando se encuentran multitudes de médicos por todas partes. (*NH* 25, 16)

Esto muestra claramente cómo, aunque reconocía a las autoridades previas, Plinio apreciaba igualmente el saber popular. Además, atribuía el conocimiento sobre la utilidad de estas plantas a la gente del campo que, debido a su analfabetismo, no participaba en la disputa discursiva por el saber como lo hacían los autores médicos. De allí que toda esta información permaneciera ajena a quienes estaban influenciados por el discurso médico.

Plinio también incluyó en su obra a animales que no formaban parte de las prácticas ganaderas habituales. Moscas, ratones, hienas e incluso lombrices de tierra fueron incluídos en relación con el tratamiento de dolencias femeninas e infantiles. De la misma manera tanto los órganos consumidos tradicionalmente y como también partes inusuales del cuerpo de los animales son referidos; por ejemplo, la placenta de la oveja, su cerebro y su estiércol se utilizaban como medicinas, mientras que su leche oveja servía como alimento. La mayoría de las especies mencionadas no se utilizaban por sus propiedades nutritivas, sino que se comían con fines medicinales.[198]

Todo lo anterior apunta a un particular reconocimiento por parte de Plinio de la existencia y uso de plantas y animales que no ocupaban un lugar preeminente en la agricultura y la ganadería, sino que formaban parte del paisaje cotidiano de los distintos grupos de personas que habitaban el mundo romano, ya fuera en el contexto rural o urbano. Las plantas y los árboles no se cultivaban exclusivamente con fines alimentarios, medicinales u ornamentales, aunque estas dimensiones se solapaban en la realidad. El uso que los humanos hacían de ellas, sin embargo, era lo que determinaba cómo eran cuidadas, procesadas y consumidas.

Además de mencionar las hortalizas y hierbas del *hortus*, Plinio concedió *auctoritas* a las plantas que crecían en los bordes de los caminos y entre las baldosas —a menudo consideradas de menor importancia— por sus usos como medicina y como alimento. En este sentido, podemos afirmar que, independientemente del grupo social o del contexto geográfico y climático concreto, existían alternativas a mano para el tratamiento de las enfermedades de mujeres y niños. Sin embargo, el conocimiento de las propiedades de estas especies comunes y la capacidad de identificarlas y prepararlas adecuadamente eran claves para su uso eficaz. El relato de Plinio sobre el uso de plantas silvestres como fuente de alimento, aunque fuera denostado por los autores médicos,[199] resulta revelador de las distancias entre la imagen normativa ofrecida por los médicos y las posibles prácticas de las poblaciones romanas.[200]

Entre las plantas del huerto, las *sponte* y las malezas descritas por Plinio, encontramos varias, que eran reconocidas como alimentos y que se utilizaban como medicinas en general, pero

---

[198] Existen enfoques académicos sobre los usos medicinales de los productos naturales en la antigüedad que se dedican a evaluar la eficacia de los elementos mencionados por los autores antiguos en el tratamiento de las afecciones de salud que describían (por ejemplo, véase Riddle, 1991, sobre los abortivos). Sin embargo, independientemente del reconocimiento y uso modernos de las propiedades medicinales de dichos artículos, consideramos que las referencias de Plinio respecto de su uso eran indicativa de prácticas fuera del ámbito de lo aceptado o recomendado por la teoría médica o los médicos y, por tanto, apuntaba a creencias y usos populares de los productos naturales.

[199] Galeno comentó que durante una hambruna primaveral algunas nodrizas habían vivido de hierbas silvestres en el campo y que sus cuerpos estaban llenos de úlceras. A través de la leche materna, una de estas nodrizas transmitió la infección al niño que amamantaba (*Alim. Fac.*, K 686). En este caso, el consumo de plantas silvestres se presentaba como peligroso, no sólo para las mujeres, sino también para los lactantes.

[200] Como se menciona en el capítulo 6 (véase la nota 14), Frayn (1975; 1979) se ocupó de las plantas silvestres del mundo romano. Sobre la presencia de plantas silvestres en yacimientos arqueológicos romanos, véanse Sadori et al. (2015) y Bosi et al. (2020); sobre el papel del pan de bellota, véase Zocchi et al. (2022). Aunque las plantas silvestres se han vinculado tradicionalmente a las prácticas de subsistencia y se han considerado alimentos de hambruna, aún no disponemos de trabajos sobre el papel de las plantas silvestres en las prácticas alimentarias romanas habituales y su contribución a la nutrición humana.

específicamente para afecciones de mujeres y niños, tales como como: la elecampana, el perejil, la malva, la albahaca, el azafrán, cebolla albarrana, la artemisa, la ruda, el heliotropo, la rúcula, la capuchina, la achicoria, los espárragos, el *git*, la achicoria, el *scandix*, la ortiga, los juncos, la zamarilla, el ciprés y otras (véase el Apéndice: "Tabla alimentos y medicinas utilizados para la salud de mujeres y niños"). Así pues, podemos afirmar que estos artículos, que servían para las prácticas de cuidado de la salud de mujeres y niños, eran fácilmente accesibles.

7.3. Alimentos y medicamentos para mujeres y niños: Cuatro casos ejemplares

En este apartado analizamos cuatro ejemplos concretos de los artículos presentados por Plinio y su tratamiento como alimentos y medicinas para mujeres y niños.

Sonchos (cerraja)

En la introducción al libro 22, Plinio elogió a las "malezas" (NH 22, 5). El libro trataba sobre las plantas en general, incluidas las consideradas silvestres o de escaso valor. Entre ellas, el autor describe la cerraja:

> La cerraja también es comestible, en todo caso Calímaco hace que Hécale lo ponga delante de Teseo, tanto la pálida como la oscura. Ambas son como la lechuga, excepto que son espinosas, con un tallo de un codo de alto, anguloso y hueco por dentro, que al romperse emana un jugo lechoso. La pálida, que brilla debido a la leche que contiene, es buena para el asma si se toma con aderezo de ensalada como la lechuga. Erasistrato nos informa de que remueve las piedras en la orina, y que masticarla purifica el mal aliento. Tres *cyathi* del jugo calentados en vino blanco y aceite ayudan al parto, pero la futura madre debe dar un paseo inmediatamente después de beberlo: también se da en caldo. Una decocción del propio tallo hace que la leche sea abundante en las nodrizas y mejora la complexión de los bebés, siendo muy útil para aquellas mujeres que tienen tendencia a cuajar la leche. El jugo se inyecta en las orejas, y se bebe caliente un *cyathus* para la estranguria, para los dolores de estómago con semillas de pepino y piñones. También se utiliza externamente para los abscesos del ano. Se toma en bebida para el veneno de serpientes y escorpiones, pero la raíz se utiliza como aplicación externa. Hervida en aceite y con la piel de una granada, la raíz es también un remedio para las afecciones de los oídos. Todas estas preparaciones deben hacerse a partir de la especie blanca. Cleómporo dice que la oscura no debe comerse, porque causa enfermedades, pero está de acuerdo con el uso de la blanca. Agatocles afirma que su jugo contrarresta incluso el veneno de la sangre de toro, pero como se admite que la especie oscura

> tiene propiedades refrescantes, debe añadirse cebada perlada a la aplicación. Zenón recomienda la raíz del tipo blanco para la estranguria. (*NH* 22, 88-90)

En estos pasajes, Plinio proporciona información sobre la cerraja y menciona que se comía y que se utilizaba como medicamento. Por tanto, podemos incluirlo dentro del *continuo alimento-medicina*. Además, se refiere a ella en términos de su similitud con la lechuga, un alimento comúnmente reconocido. El autor también especifica que había dos tipos y da información para identificarlos (la altura, las cualidades del tallo y el jugo lechoso que mana de ella). Menciona el nombre de Erasístrato —anatomista y médico griego— al referirse a su uso para extraer cálculos de la orina, pero la receta facilitada para ayudar al parto no se encuentra asociada al nombre de ninguna autoridad. Queda claro que los usos medicinales de la planta para las mujeres estaban relacionados con el parto y la lactancia. Para el parto, la embarazada debía mezclar el jugo con vino blanco, calentarlo y beberlo o tomarlo como caldo. Su uso para la lactancia implicaba una decocción de los tallos y, aunque no se menciona, probablemente se administrara en forma bebida o como caldo. Es interesante señalar que, si bien el preparado ayudaba a las mujeres lactantes a producir abundante leche materna, sus efectos también beneficiaban a la complexión del bebé. Por consiguiente, estaba implícita la transmisión de algunas de las propiedades de la planta de la mujer al bebé, en relación con la noción compartida de un vínculo nutricional durante el período de lactancia, como se explicó en el capítulo 5. También se indican otros usos medicinales no relacionados con las afecciones de la mujer y el niño. Al final del tratamiento de la cerraja, aparecen de nuevo nombres de autoridades con la información específica de lo que cada una de ellas aportaba.

El de la cerraja es un claro ejemplo de un elemento que el autor calificó como alimento, aunque no se considerara comúnmente como tal, y que era reconocido también por sus propiedades medicinales. Además, es una hierba común que se propaga fácilmente, y que puede encontrarse incluso hoy en día en la calle y en pedazos de tierra cultivados y no cultivados.[201] En la edición de la *NH* de Bostock y Riley (1855), las especies mencionadas por Plinio se clasifican como *Sonchus arvensis* —la especie blanca — y *Sonchus oleraceus* —la especie oscura — siguiendo la clasificación de Linnæus. Según los comentaristas, estas plantas se comían en ensalada en algunos países, pero poseían poca energía; sin embargo, desde el punto de vista medicinal, tenían efectos refrescantes y eran ligeramente laxantes.[202]

De Paula Filho et al. (2022) estudiaron la composición química y el valor nutritivo de tres especies de *Sonchos* (*S. oleraceus*, *S. asper* y *S. arvensis*) pertenecientes a la familia Asteraceae. Consideraron esta planta como una de las "plantas alimenticias no convencionales", que se consumen principalmente salteadas con salsas y caldos. También señalaron que se propagan espontáneamente

[201] *S. oleraceus* es una planta anual o bienal que se reproduce únicamente por semillas dispersadas por el viento. Una planta puede producir hasta 100.000 semillas. Disponible en: http://publish.plantnet-project.org/project/plantinvasivekruger/collection/collection/synthese/details/SONOL

[202] Los comentaristas también añadieron que: "las maravillas aquí relatadas por Plinio (sobre la planta), dijo Fée, son totalmente fabulosas".

y se encuentran a lo largo de los caminos, en los huertos, en medio de los pastos y otros cultivos agrícolas. Las especies que los autores analizaron en su estudio se recolectaron en un medio silvestre. Al tratarse de plantas espontáneas, se cree que tienen una gran variabilidad genética.[203] Su estudio demostró que estas especies poseen una importante concentración de fibras alimentarias y una baja densidad calórica. Se encontraron varios minerales —potasio, calcio, magnesio, cobre, manganeso, hierro, zinc, sodio y selenio— en las tres especies estudiadas. *S. arvensis* resultó la especie con mayor contenido en potasio, la *S. asper* la más rica en calcio y *S. oleraceus* la más rica en hierro. Además, entre los beneficios nutricionales del consumo de esta planta, destacaron la presencia de carotenoides y vitamina E.[204] Los autores comentaron la potencialidad de añadir esta planta en la dieta de niños y mujeres embarazadas para revertir las deficiencias nutricionales actuales en la población analizada (Brasil).[205]

Curiosamente, la investigación química y nutricional moderna sobre la cerraja reconoce su potencial en las estrategias de seguridad nutricional debido a la disponibilidad de la planta y a su bajo coste. En este sentido, los conocimientos modernos sobre las propiedades medicinales y nutricionales de la cerraja apuntan a elementos similares a los destacados por Plinio al hablar de las “malezas”.

Fenogreco

El fenogreco es una planta de la familia de las Fabaceae, por tanto una leguminosa. Varias de sus partes se utilizan hoy en día como alimento y condimento. Es una hierba anual con flores blancas y semillas angulosas duras de color marrón amarillento. En fuentes antiguas se menciona como alimento humano y también para el ganado (Catón *Agr.*, I, 27). El fenogreco figura en varios pasajes de la obra de Plinio, pero éste describió sus propiedades medicinales en el libro 24, donde escribió sobre la importancia y los usos de las hierbas comunes. Dijo que el nombre romano que se le daba era "silicia" y que se le consideraba con "honor" (*auctoritas*) (*NH* 24, 184).

> Sus propiedades (*vis eius*) son secar, ablandar y disolver. El jugo de la decocción es de ayuda en varias dolencias de la mujer: ya se trate de dureza, hinchazón o contracción del útero, el tratamiento es la fomentación y el baño de asiento. Las inyecciones también son útiles. Controla las erupciones escamosas en la cara. Los problemas esplénicos se curan con una aplicación local de una decocción a la que se ha añadido soda cáustica; la decocción también puede hacerse en vinagre. Esta

[203] En este sentido, los autores también aclararon que la composición de nutrientes en los alimentos estaba influenciada por factores inherentes (edad, madurez, especie, variedad y forma de cultivo), así también como ambientales (clima, tipo de suelo, precipitaciones y estación), períodos y condiciones de almacenamiento y manipulación (métodos de preparación y procesamiento) (De Paula Filho et al., 2022).
[204] Las tres especies del género *Sonchus* contenían carotenoides y vitamina E, destacándose la especie *S. arvensis* por ser la más rica en vitamina E (De Paula Filho et al., 2022).
[205] Machado y colaboradores (2019) analizaron los niveles nutricionales de vitaminas A y E en mujeres lactantes y corroboraron que la ingesta inadecuada durante la lactancia puede causar deficiencia de dichas vitaminas lo que puede, a su vez, derivar en carencia de esos nutrientes en los bebés amamantados. En este sentido, De Paula Filho y colaboradores (2022) señalaron la importancia de incluir plantas fácilmente disponibles, como las especies de *Sonchos* mencionadas, como fuente accesible de nutrientes durante la lactancia, fase de importantes interacciones nutricionales entre madres y lactantes.

> decocción también es buena para el hígado. En casos de parto difícil, Diocles prescribió un acetábulo de su semilla machacada en nueve *cyathi* de mosto concentrado; tres cuartas partes debían beberse, luego los pacientes debían bañarse en agua caliente, a continuación, mientras sudaban en el baño, se les daba la mitad de lo que quedaba, y luego el resto después del baño. De este modo se obtenía el máximo beneficio. Una decocción en hidromiel de harina de fenogreco con cebada o linaza fue utilizada por el mismo médico (Diocles) para hacer un pesario para dolores violentos en el útero; combinó este tratamiento con un emplasto en la base del abdomen (....) Timón prescribía como emenagogo una infusión de medio acetábulo de semillas de fenogreco con nueve *cyathi* de mosto concentrado y agua, y no hay duda de que una decocción de la misma es muy buena para el útero y los intestinos ulcerados, como la semilla lo es para las articulaciones y la hipocondría. Sin embargo, si se hierve con malvas, y después se añade vino con miel, un trago es alabado como un remedio preeminente para los problemas del útero y los intestinos, viendo que el vapor también de la decocción es del más alto valor; una decocción de fenogreco, también, elimina los olores ofensivos de las axilas. Comida junto con vino y soda cáustica elimina rápidamente la caspa de la cabeza. Una decocción también de la harina en hidromiel, mezclada con grasa para ejes, cura las dolencias de los genitales, así como también los abscesos superficiales, los tumores de la parótida, las afecciones gotosas de los pies o las manos, la afección de las articulaciones y la carne retraída de los huesos; pero la harina se amasa en vinagre para las dislocaciones. Una decocción de la harina en vinagre y miel se utiliza como linimento para problemas esplénicos. Amasada en vino, limpia las llagas cancerosas; si después se añade miel, se obtiene una curación completa. También se toman gachas de este alimento para la ulceración del pecho y la tos crónica. Se hierve durante mucho tiempo hasta que desaparece el amargor; después se añade miel. (*NH* 24, 184-188)

Como vemos, el fenogreco era un elemento ampliamente reconocido y utilizado medicinalmente en numerosas afecciones. Entre ellas, las dolencias femeninas que incluían la hinchazón o contracción del útero, los dolores violentos y las úlceras, los partos difíciles; además se prescribía como emenagogo y, de forma más general, para los genitales. En este caso se mencionan las autoridades de Diocles y Timón, aunque se recogen también usos del fenogreco sin ningún nombre asociado. Es muy interesante que esta planta se incluye en el Libro 18, que trata sobre de la historia de los cereales. Se decía que el fenogreco se sembraba simplemente rascando la tierra, y que cuanto peor se lo trataba, mejor salía. En palabras de Plinio, "[es] algo que se beneficia del abandono" (*NH* 18, 140). Era una planta fácil de cultivar y con muchas propiedades que formaban parte de las prácticas agrícolas habituales.

Sorano incluía el fenogreco entre sus tratamientos para las distintas etapas del embarazo y la lactancia. Sugirió su uso en forma de baños de asiento tras la concepción (*Gyn.*, I, 56) y, entre otras

medidas, para el aborto (*Gyn.,* I, 64). También recomendaba su consumo en forma de cataplasmas para la dentición infantil (*Gyn*., II, 49). Asimismo, sugería su uso en forma de cataplasmas, fomentaciones y supositorios para la inflamación de los senos, menstruaciones dolorosas y partos difíciles (*Gyn.* II, 7; III, 6; IV, 7).

La relevancia del fenogreco como alimento y medicina observada por Plinio también se reconoce hoy en día. La investigación actual sobre el fenogreco se centra en establecer la naturaleza y la eficacia de la planta en el tratamiento de varias afecciones para las que ha sido utilizado tradicionalmente, así como también resaltar sus potencialidades nutricionales.[206] Se destaca que las distintas partes de la planta poseen diferentes propiedades: las hojas presentan minerales y vitaminas, entre las que se encuentran el calcio, el zinc, el hierro, el fósforo, la riboflavina, el caroteno, la tiamina, la niacina y la vitamina C. Las semillas, por su parte, tienen propiedades medicinales: son hipocolesterolémicas, antibacterianas, hepatoprotectoras y anticancerígenas, así como también galactogogas, estimulantes gástricos y agentes antidiabéticos; también se utiliza para tratar la anorexia. Se dice que el fenogreco limpia la sangre y el sistema linfático, irriga las células con nutrientes y elimina los residuos tóxicos. También se cree que el fenogreco mantiene las condiciones de mucosidad del organismo, sobre todo de los pulmones, por lo que ayuda a eliminar la congestión. También actúa como limpiador de garganta y, como tal, se ha utilizado para aliviar resfriados, afecciones bronquiales, gripe, asma, catarro, estreñimiento, sinusitis, pleuresía, neumonía, dolor de garganta, laringitis, fiebre del heno, tuberculosis y enfisema (Wani & Kumar, 2018). La fracción proteica del fenogreco es rica en lisina, un aminoácido esencial. Y aunque el fenogreco es relativamente bajo en contenido mineral, algunos minerales están presentes en buenas concentraciones, como el fósforo y el azufre (Khorshidian et al., 2016).

En la investigación actual se evalúan y exploran los usos tradicionales del fenogreco para tratar afecciones femeninas. Su eficacia en la dismenorrea ha sido estudiada por Mamata et al. (2022). Los autores descubrieron que el uso del fenogreco para reducir la gravedad de los dolores menstruales es eficaz debido a sus propiedades antiinflamatorias, antioxidantes, carminativas (alivia las flatulencias), hipoglucémicas e hipolipidémicas. Es interesante saber que el fenogreco ha sido utilizado en la medicina tradicional como galactagogo, aunque Plinio no lo mencionara. Se dice que el fenogreco estimula la producción de sudor, y se sugiere que las semillas contienen compuestos similares a los estrógenos que estimulan la expresión de la leche materna en las madres lactantes. Khorshidian et al. (2016) informaron un estudio realizado en Turquía sobre los efectos de la tisana de fenogreco en la producción de leche materna, en el que observaron un aumento del volumen. Otro estudio, realizado por Abdou y Fathey (2018), reportó que el consumo de fenogreco aumentaba el volumen de leche humana en la etapa inicial de la lactogénesis, pero que no afectaba al volumen de leche una vez establecida la lactancia, ni al nivel de prolactina en etapas posteriores.

[206] Wani y Kumar (2018) añadieron una tercera dimensión de interés sobre el fenogreco: su uso en la industria alimentaria como estabilizador de alimentos, adhesivo y agente emulsionante.

Ova (Huevos)

Tras una larga exposición sobre los médicos y la desconfianza que generaban entre los antiguos romanos, Plinio introduce el tema de los productos animales utilizados con fines medicinales en el Libro 29. Hablando sobre la lana, a la que los romanos asignaban poderes sobrenaturales (*auctoritate religiosa*), Plinio ofrece una receta para las secreciones oculares que implicaba la aplicación de una mezcla de lana y huevos, productos que el autor consideraba tenían afinidad (*societatem*) (*NH* 29, 39). Luego continúa hablando de los huevos:

> Pero para la oftalmia infantil casi nada es tan curativo como el huevo mezclado con mantequilla fresca (...) Si las escaldaduras se cubren inmediatamente con huevo no se forman ampollas —algunos añaden harina de cebada y una pizca de sal— mientras que las llagas de una quemadura mejoran maravillosamente con cebada tostada con clara de huevo y manteca de cerdo. El mismo tratamiento se utiliza para las afecciones del ano, e incluso para su procidencia en el caso de los lactantes (...) La yema de huevo, hervida dura, mezclada con un poco de azafrán y miel, y aplicada en leche de mujer, alivia el dolor de ojos; o puede colocarse sobre los ojos en lana con aceite de rosa y vino de miel, o aplicada en vino de miel con semilla de apio molida y cebada perlada (...) Hervidos y tomados en vino también frenan la menstruación; la inflación también del útero si se aplica con aceite crudo y vino (...) Los polluelos que se encuentran en los huevos tomados con media nuez de hiel asientan un estómago desordenado, pero hay que tener cuidado de no ingerir ningún otro alimento durante las dos horas siguientes (...) La cáscara reducida a cenizas (...) también frena la menstruación si se aplica con mirra (...) El parto se facilita con huevos enteros, con ruda, eneldo y comino, tomados en vino (...) Los huevos también se inyectan para las dolencias de los órganos masculinos (...) Es bien sabido lo útiles que resultan los huevos como alimento en muchos aspectos, ya que alivian la garganta inflamada y, de paso, la calman con su calor. No hay otro alimento tan nutritivo para la enfermedad que no sobrecargue el estómago, y tiene la naturaleza tanto de alimento como de bebida. He dicho que se ablanda la cáscara de los huevos empapados en vinagre. Los huevos así preparados y amasados en pan con harina refrescan a los enfermos celíacos. Algunos piensan que es más útil, después de ablandarlos de esta manera, hornearlos en cacerolas poco profundas; cuando se preparan así no sólo frenan la diarrea sino también la menstruación excesiva (...) Pero he estado hablando de los huevos de gallina de corral (de gallinarum autem ovis tantum locuti sumus); quedan también otras aves, cuyos huevos son de gran utilidad; de ellos hablaré en las ocasiones apropiadas. (*NH* 29, 39-51).

Tras tratar el tema de los huevos, Plinio aclara que se refería a los huevos de gallina. Como se ha analizado en el capítulo 6, se creía que el mantenimiento de las aves de la granja era responsabilidad de las mujeres y los niños en el hogar (véase el apartado 6.2). En este sentido, podemos afirmar que

los huevos eran un artículo fácilmente disponible para ambos grupos. El reconocimiento de los usos de los huevos como alimento y medicina por parte de Plinio es claro, y hay que añadir que se consideraban un alimento nutritivo tanto en la enfermedad como en la salud. Entre los usos medicinales del huevo se encuentra el tratamiento de las afecciones oculares. El autor sugería un remedio para el dolor de ojos que debía aplicarse con leche materna. La leche producida por las mujeres lactantes se consideraba tanto un alimento nutritivo como un medicamento. En este caso, la leche materna se utilizaba como medio para la aplicación de un remedio para los ojos. No hay detalles respecto de quiénes podían padecer esta dolencia, pero podemos afirmar que la aplicación podría hacerse a cualquiera que la sufriera.[207] Los huevos también se utilizaban para los problemas femeninos, como la inflamación del útero, para controlar la menstruación y facilitar el parto. Vemos aquí que se daban varias indicaciones para la preparación adecuada de los huevos para ser consumidos como alimento, tomados en bebida, y también para su uso en aplicaciones externas. Algunos de estos procedimientos implicaban técnicas culinarias como hervirlos y mezclarlos con especias y hierbas, de la misma manera que las preparaciones alimenticias. Se decía que los huevos eran útiles como alimento para los enfermos porque no sobrecargaban el estómago y tenían la consistencia de la comida y la bebida.

Aunque el tipo de explicaciones dadas por Plinio sobre la utilidad de los huevos como alimento y medicamento no están presentes en la obra de Sorano, los huevos ocupan un lugar destacado en varios pasajes de su obra. Se indicaban como alimento durante el embarazo, para el tratamiento de la pica y como alimento adecuado para la nodriza durante la lactancia (*Gyn*., II, 24). Los "huevos que se puedan sorber" se consideraban alimento un adecuado para los bebés (*Gyn*., II, 29), como alimento para el destete (*Gyn*., II, 46) y en casos de dismenorrea (*Gyn*., III, 11). También se sugerían para aplicaciones externas, en una mezcla, para tratar las llagas en los bebés (*Gyn.,* II, 53) y ayudar en el parto (*Gyn.,* III, 7).[208]

Las investigaciones actuales sobre los efectos del consumo de huevos de gallina por parte de la madre y el lactante han demostrado beneficios en términos de nutrición durante el embarazo, la lactancia y el período de introducción de los lactantes a los alimentos sólidos. Lutter y colaboradores

---

[207] Plinio menciona en varios pasajes el uso de la leche materna como medio para la administración de medicamentos. La expresión utilizada es *cum lacte mulieris*, lo que significa que el remedio se tomaba como una bebida, mezclado con leche materna. Dos aspectos son relevantes aquí: en primer lugar, la noción de la leche materna como alimento nutritivo y como fluido medicinal, lo que la convierte en un elemento más del *continuo de alimento-medicina*; en segundo lugar, se menciona el uso de la leche materna para dolencias distintas de las que afectan a los niños. Así pues, el uso de la leche materna no se limitaba a los lactantes. Es interesante pensar en la necesidad de la colaboración por parte de la mujer para extraer su leche para usos medicinales.

[208] "Si, no obstante, el orificio del útero está cerrado, hay que ablandarlo y relajarlo con sustancias grasas, es decir, hay que instilar continuamente aceite de oliva dulce caliente, o combinarlo con una decocción de fenogreco o malva o linaza y, a veces, con clara de huevo. De este modo se alivia la presión mientras los conductos difíciles se humedecen hasta quedar resbaladizos" (*Gyn*., III,7). En este pasaje no sólo se mencionan los huevos, sino también el fenogreco, otro alimento y medicamento. Sin embargo, como ya se ha comentado, las referencias contextuales a su uso determinan que, en este caso, el fenogreco se utilizaba medicinalmente y no como comida.

(2018) afirmaron que los huevos aportan macro y micronutrientes que ayudan a satisfacer las necesidades nutricionales de la madre y del feto/bebé, y mejoran el desarrollo de las funciones cerebrales de este último. Según los autores, los huevos son especialmente ricos en colina, relacionada con la división celular, el crecimiento y la señalización de las membranas, procesos fundamentales en las primeras semanas del desarrollo embrionario. La ingesta inadecuada de colina durante el embarazo se ha asociado a defectos del tubo neural. Además, al principio del embarazo, el colesterol materno desempeña un papel importante en la biosíntesis hormonal, la implantación y la vascularización de la placenta, y unos niveles bajos del mismo pueden provocar partos prematuros y otros resultados adversos en el parto (véase el Capítulo 2). Durante el embarazo y la primera infancia, las células del feto y del niño crecen en tamaño y número a gran velocidad y, por consiguiente, las fuentes de proteínas y aminoácidos como las que se encuentran en los huevos son fundamentales.[209] Los huevos aportan una gran proporción de la Cantidad Dietética Recomendada (CDR) o la Ingesta Adecuada (IA) de varios nutrientes clave, como proteínas, vitamina B 12, colina, ácido pantoténico, vitamina B 6, folato, fósforo, selenio y zinc, tanto para los niños pequeños como para las mujeres embarazadas y lactantes. El consumo materno de huevos durante la lactancia también puede aumentar el contenido de colina y otras vitaminas hidrosolubles de la leche materna, contribuyendo así a la nutrición infantil y, potencialmente, al desarrollo óptimo de los niños amamantados.[210] Además, se cree que el consumo de huevos en la primera infancia contribuye a un desarrollo y funcionamiento saludables del cerebro. Réhault-Godbert et al. (2019) señalaron que los huevos no son únicamente una fuente de alimento de alto valor nutricional, sino que también contienen muchos compuestos bioactivos como lípidos, vitaminas, proteínas y péptidos hidrolíticos derivados que son clave para la salud humana.

Urtica (ortiga)

El uso de la ortiga como alimento es controvertido, tanto en la época romana, como hoy en día. Es una planta herbácea perenne, pero debido a su rápido crecimiento y a que cubre el suelo, las ortigas se consideran malezas. Por ello, la mayoría de la gente no se molesta en cultivarla. Tiene un sistema radicular perenne que se propaga rápidamente y resulta muy difícil de erradicar una vez que se ha

---

[209] "For a breastfed infant consuming an average amount of breast milk (World Health Organisation [WHO], 1998), one 50g egg provides 29% of the energy requirement. For pregnant women, two 50g eggs provide 18% of the RDA for protein. They provide 20-35% of the AI/RDA for vitamin A, riboflavin, pantothenic acid, vitamin B 12 and phosphorus. They also provide more than 50% of the AI/RDA of choline and selenium. For lactating women, the same amount of eggs provides 20-35% of the requirements for riboflavin, pantothenic acid, vitamin B 12, iron and phosphorus. They provide 53% and 44% for choline and selenium, respectively" (Lutter et al., 2018).

[210] "Los micronutrientes se han clasificado en dos grupos, según el efecto de la ingesta materna y el estado del contenido de micronutrientes de la leche materna (Allen, 2012). En el Grupo 1 están los afectados por el estado materno, incluyendo tiamina, riboflavina, vitamina C, vitamina D, vitamina B 6, vitamina B 12, colina, vitamina A, yodo y selenio. En el Grupo 2 están los que no se ven afectados por el estado materno, como el folato, el calcio, el hierro, el cobre y el zinc. Durante la lactancia, una ingesta materna baja o las reservas de micronutrientes del Grupo 1 reducen la cantidad en la leche materna, lo que puede afectar negativamente al crecimiento del niño y, posiblemente, a su desarrollo (...) La ingesta adecuada de micronutrientes del Grupo 1 es necesaria para garantizar la adecuación de la leche materna y los huevos tienen un alto contenido en varios de ellos, como colina, riboflavina y vitamina B 12" (Lutter et al., 2018; pp. 3-4).

establecido (Singh & Sengar, 2021). Tiene pelos punzantes llamados tricomas en las hojas y los tallos que producen una sensación de quemazón al tocarlos. Inyecta histamina y otras sustancias químicas que provocan una forma de dermatitis. El nombre latino de la planta refleja esta cualidad: urtica viene de *urere*, que significa "quemar" Esto hizo que Plinio se preguntara: "¿Qué puede haber más odioso que la ortiga?". (*NH* 22, 31). Sin embargo, añadió que abundaba en remedios y comentó que varias autoridades reconocían sus propiedades para contrarrestar el veneno de hongos, cicuta, mercurio, beleño y picaduras de escorpión. Según Plinio, esta "odiosa" picadura se curaba con aceite de oliva, y el autor llegó a mencionar que cuando la planta es joven, en primavera, la ortiga constituía "un alimento no desagradable". Añadió que algunas personas la comían bajo la creencia de que mantenía alejadas todas las enfermedades durante todo el año (*NH* 21, 93). También se decía que esta planta era útil para la salud de las mujeres y los niños:

> Además, su propio amargor pungente, por el mero tacto, hace que disminuya la hinchazón de las úvulas, restaurando el prolapso del útero y del ano de los bebés, además de despertar a los pacientes letárgicos si les toca las piernas o, mejor aún, la frente (...) La semilla tomada con mosto hervido alivia la asfixia del útero, y una aplicación controla la hemorragia nasal. Tomada en hidromiel después de la cena en una dosis de dos óbolos facilita los vómitos, mientras que un óbolo en vino refresca después de la fatiga. Las afecciones uterinas se alivian con un acetábulo de la semilla tostada, y la flatulencia tomándola con mosto hervido (...) Se utiliza como aplicación para el bazo; tostada y tomada como alimento afloja los intestinos estreñidos. Hipócrates declara que tomada en bebida purga el útero, que un acetábulo de la misma tostada y tomada en vino dulce y aplicada con jugos de malva alivia los dolores uterinos, que las lombrices intestinales son expulsadas si se toma con hidromiel y sal, y que un linimento hecho de su semilla reemplaza la desfigurante pérdida de cabello (....) El naturalista Phanias ha cantado sus alabanzas, sosteniendo que ya sea hervida o en conserva es un alimento muy útil para la tráquea (utilissimam cibis coctamam conditamve), la tos, las inflamaciones de la parótida y los sabañones, que con aceite es sudorífica, hervida con mariscos es un laxante, que con agua de cebada despeja el pecho y promueve la menstruación, y que mezclada con sal detiene las llagas rastreras (...) La semilla debe recogerse en la época de la cosecha, siendo la de Alejandría la más apreciada. Para todos estos propósitos, aunque las ortigas más suaves y tiernas son eficaces, la conocida variedad silvestre lo es particularmente, y tiene este mérito adicional, cuando se toma en vino, de eliminar las llagas leprosas de la cara. Se nos dice que si un animal se resiste a la concepción, sus partes deben frotarse con una ortiga. (*NH* 22, 31-36)

Varios elementos presentes en los ejemplos anteriores se encuentran en la descripción que Plinio hace de la ortiga: la inclusión de la opinión de autoridades junto con referencias menos definidas sobre sus usos; múltiples afecciones de salud para las que se consideraba útil la planta, entre las que

se encuentran dolencias femeninas e infantiles; referencias a distintas partes de las plantas y a las formas adecuadas de procesarla y administrarla. Sin embargo, aparecen algunos elementos nuevos. Plinio menciona que, para su uso como alimento y con fines mágicos —en realidad, el término utilizado por Plinio era *religioso*—, se recolectaba cuando era joven, en primavera. Al final del pasaje citado, el autor afirma que la semilla debe recogerse en la época de la cosecha. Estas dos referencias añaden una dimensión temporal al tratamiento del autor, ya que aportan información útil sobre los ciclos de las plantas y las estaciones adecuadas para recolectar las partes según su uso previsto. Además, Plinio afirma que su uso como alimento tenía lugar en primavera, cuando la planta aún estaba tierna. Conviene recordar que el final del invierno y el principio de la primavera eran períodos difíciles en cuanto a la disponibilidad de alimentos. Durante este tiempo, se preveía escasez y, como condenaban los autores médicos, algunas personas recurrían a las hierbas silvestres para su sustento. Además, la observación de que la planta era tomada bajo la creencia de que actuaría como protección contra las enfermedades parece reflejar las ansiedades vividas durante este período y la necesidad de disponer de alimentos y remedios para garantizar la salud. Otro elemento interesante es la referencia a las posibles variaciones entre la planta cultivada y la silvestre. Aunque el autor afirmaba en otro lugar que las plantas silvestres eran más fuertes que sus variedades cultivadas (*NH* 21, 35), su comentario sobre la utilidad de ambas resulta atractivo. Sorano sólo menciona a la ortiga en el contexto del tratamiento de las sibilancias en los niños, prescribiendo pastillas de cardamomo, comino, semillas de ortiga y pimienta (*Gyn*., II, 54).

Basándose en los usos tradicionales de la planta a lo largo de los siglos, la investigación actual destaca las propiedades tanto nutricionales como medicinales de la ortiga. Contiene altas concentraciones de vitaminas A, C, D, E, K, así como también complejos vitamínicos B y cantidades particularmente grandes de selenio, zinc, hierro y magnesio (Kregiel, et al., 2018). También están presentes en ella flavonoides, ácidos grasos, terpenos y proteínas (Singh & Sengar, 2021). Aunque se utilizan todas las partes de la planta, las hojas son mucho más ricas que los tallos y las raíces en cuanto a compuestos bioactivos. Además, diferentes factores como la variedad, el genotipo, el clima, el suelo, la fase vegetativa de la planta, el momento de la cosecha, el almacenamiento, la transformación y el tratamiento afectan a algunos de sus componentes.

Aunque se trata de una planta perenne, su época de recolección depende de los usos específicos, ya que las diferentes partes de la planta se recolectan en diferentes estaciones: para forraje y medicina, se recolectan en abril; la hierba entera se puede recolectar en mayo y junio, antes de la floración, para la recolección de semillas o para la producción de fibra; durante el verano, las partes aéreas se recolectan en verano, cuando la planta está en plena floración; y en otoño, las raíces se recolectan en otoño (Kregiel, et. al., 2018; Singh y Sengar, 2021).[211]

[211] Los investigadores también han descrito los efectos secundarios del uso medicinal de esta planta, como la regularidad sanguínea, insomnio y somnolencia, molestias estomacales y reacciones alérgicas graves (Singh & Sengar, 2021).

Las investigaciones actuales reconocen el uso de la ortiga para aliviar los síntomas de la artrosis y en casos de hemorragia, gota, diabetes, anemia, asma y caída del cabello. Las hojas se emplean en caso de disentería, dolores articulares y trastornos hepáticos. El extracto de las hojas se utiliza para prevenir la calvicie. Entre sus usos para la salud femenina, la ortiga se toma contra los síntomas premenstruales dolorosos para calmar los calambres y la hinchazón, al tiempo que minimiza el flujo sanguíneo gracias a sus cualidades astringentes. Durante la menopausia, la ortiga puede suavizar la transición y actuar como reconstituyente, para que el cambio hormonal en el organismo sea menos drástico. También se utiliza en la fiebre y las enfermedades de las mujeres tras el parto (Singh & Sengar, 2021).

Se destaca el uso de la ortiga como alimento debido a sus componentes nutritivos. Se dice que es un artículo de la dieta durante la primavera, especialmente en las zonas rurales y en los grupos socioeconómicos más bajos, dado su rápido y fácil crecimiento. Las ortigas pueden consumirse como verduras frescas hervidas o cocidas, añadidas a sopas, como hierbas de olla e incluso en ensaladas (Kregiel et al., 2018). También se utiliza como tónico para fortalecer el cuerpo (Singh & Sengar, 2021), en consonancia con la creencia mencionada por Plinio de que comer ortiga mantendría el cuerpo alejado de las enfermedades. Además, el jugo de la planta o una decocción de la hierba se utiliza como sustituto del cuajo para la leche.

Los investigadores destacan el papel que desempeñaron en el pasado las hierbas silvestres, como la ortiga, como complemento de los alimentos básicos, al tiempo que aportaban oligoelementos, vitaminas y minerales, que contribuían a una dieta equilibrada, así como también resaltan sus potencialidades en el futuro, teniendo en cuenta el estado actual de malnutrición y la falta de acceso a alimentos adecuados y nutritivos por gran parte de la población mundial (Singh & Sengar, 2021).

Los anteriores son sólo de cuatro casos de entre toda la gama de alimentos y medicinas incluidos por Plinio en su obra. Aunque no son especialmente representativos de la “dieta romana”, constituyen ejemplos interesantes del tipo de artículos que podían haber efectivamente consumido las poblaciones romanas. Las propiedades tanto nutricionales como medicinales de estos cuatro artículos han sido descritas en investigaciones actuales, pero quisiéramos plantear aquí la posibilidad de que la referencia que hace Plinio sobre la utilidad de los productos naturales para el tratamiento de la salud femenina e infantil radique, precisamente, en su aporte nutricional. La importancia de los micronutrientes en la nutrición humana en general, y de las mujeres y los niños en particular, resulta fundamental (véase el capítulo 2). Por lo tanto, independientemente de que se utilizaran con fines medicinales, estos productos contribuían a menudo a cubrir las necesidades nutricionales de mujeres y niños a lo largo de sus diferentes ciclos vitales.

Por otra parte, estos cuatro productos eran fácilmente accesibles. No constituían artículos de lujo exótico, circunscritos a mercados exclusivos a los que sólo podía acceder la élite. En su libro sobre las recetas hipocráticas, Totelin (2009) interpretó la adición de ingredientes exóticos en las recetas ginecológicas hipocráticas para cuestiones de salud femenina en términos de la construcción de una

haute médecine (por referencia al concepto de *haute cuisine* de Jack Goody) que permitió a los autores médicos griegos diferenciarse de los médicos tradicionales (pp. 125-132). En el caso romano, y siguiendo a Plinio, podemos decir que el autor diferenciaba la *haute médecine*, hecha con ánimo de lucro y basada en remedios elaborados con artículos exóticos, de la medicina tradicional romana que utilizaba como medicamentos ingredientes comunes y cotidianos. Sin embargo, en lugar de excluir a la primera, consiguió integrar lo mejor de ambas en su obra. En cuanto al carácter exótico de los ingredientes de las recetas, es interesante notar que Totelin señaló que, a menos que los remedios mencionados entre los remedios ginecológicos hipocráticos fueran baratos y fáciles de conseguir, es probable que los varones supieran qué medicamentos empleaban sus esposas e hijas (p. 118). Plinio destacaba precisamente que la naturaleza proporcionaba remedios de muchas formas, y que algunos de ellos estaban disponibles en los bordes de los caminos y en los márgenes de las tierras cultivadas. En este sentido, podemos argumentar que las mujeres podían, efectivamente, tener acceso a estos elementos y utilizarlos como ingredientes para la preparación de remedios, o incluso como alimento. Sin embargo, el hecho de que Plinio integrara esta información en su obra y junto a los conocimientos médicos, apunta a la idea sugerida por Totelin de que, aunque en la Grecia clásica existían expertos en farmacología, el conocimiento de la materia médica y de las prácticas terapéuticas estaban difundidos por toda la sociedad (p. 114). Del mismo modo, en el mundo romano, los médicos se preocupaban por establecer un enfoque coherente y racional de la dietética y la farmacología con el fin de preservar la salud, pero sus puntos de vista coexistían con otras formas de conocimiento compartido sobre las propiedades y los usos de los productos naturales, incluidas, entre otras, las creencias sobre cómo tratar las afecciones de las mujeres, ya fuera mediante remedios o alimentos.

Las explicaciones de Plinio sobre la preparación de medicinas resultan similares a los procesos implicados en la preparación de alimentos.[212] Hervir, asar, hacer una decocción e incluso comer alimentos crudos aproximaban a los contextos de la comida y la medicina. Esto debe leerse en oposición a la *haute médecine*, sostenida sobre la autoridad de médicos reconocidos que establecían discursivamente las diferencias entre dietética y farmacia como partes del arte de la medicina. En el caso de la *NH*, antes que volver exclusivo el conocimiento médico, el tratamiento por parte de Plinio de los usos de los productos naturales ofrecía una perspectiva más amplia sobre fuentes alternativas de nutrición y para el cuidado de la salud de mujeres y niños, conocimientos que probablemente ya circulaban en la sociedad.

Lo que distinguía entre el uso como alimentos o como medicinas de los productos naturales era su uso previsto. En esto, retomamos el marco propuesto por Etkin y Ross (1982), según el cual la diferencia entre el uso de un elemento como alimento o como remedio residía en el contexto en que se consumía dicho producto. Dados los múltiples usos posibles de los elementos incluídos en el

[212] Hewera (2012) coincidió en que las instrucciones para procesar remedios en la *NH* no diferían sustancialmente de la preparación de alimentos. En su obra explicó las diferencias entre hacer una decocción, un prensado, una infusión o un jugo de un ingrediente medicinal (pp. 81-84). Además, señaló que, entre las intervenciones terapéuticas ofrecidas por Plinio, los remedios se daban en forma de platos (pp. 84-89).

continuo alimento-medicina, el conocimiento acerca de sus propiedades, de cómo y cuándo recolectarlos, y de cómo almacenarlos y prepararlos para los fines previstos implicaba el esfuerzo conjunto de distintos miembros del hogar para asegurar su suministro. En este sentido, la despensa o almacén —reconocida como un ámbito de mujeres dentro del hogar— también estaba abierta a los miembros masculinos de la casa, que probablemente colaboraban en su aprovisionamiento. Asimismo, la preparación o el consumo de alimentos habría sido compartida con el resto de los miembros del hogar en la medida en que la elaboración de comidas o medicinas implicaba la adición de algún ingrediente especial para el tratamiento de uno o varios de ellos De todo lo anterior podemos concluir que el control sobre los alimentos e ingredientes medicinales, y la preparación de alimentos y remedios no eran exclusivos de las mujeres, aunque que formaban parte integral de su recolección, conservación y preparación.

Totelin abordó la cuestión del público destinatario de los tratados hipocráticos observando el tipo de información que los compiladores debían explicitar y qué información se daba por supuesta. Según la autora, esto contribuiría a determinar qué tipo de conocimientos terapéuticos se esperaban del lector (p. 232). Aplicando esta consideración a las instrucciones para preparar remedios para las afecciones de mujeres y niños en la *NH*, encontramos que se proveían ciertos detalles respecto de las proporciones de los ingredientes y los modos de preparación, pero que la mayoría de las referencias eran generales, afirmando que un artículo era útil para tal o cual situación, y otras ocasiones las partes del cuerpo para las que podía ser utilizado un artículo eran simplemente nombradas sin más detalles. Además, como se ha mencionado, el público al que iba dirigido el *NH*, en palabras del propio Plinio, era la gente común y, en este sentido, el índice pretendía facilitar una búsqueda rápida, sin necesidad de leer toda la obra. La recopilación de referencias a medicamentos para mujeres y niños al final de los libros 26 y 28 facilitaba aún más su búsqueda. Sin embargo, sería erróneo interpretar que el contenido de la NH era de fácil acceso, ya que no podemos determinar hasta qué punto era conocido, cómo se ponían en práctica las referencias médicas y cómo los lectores de la obra de Plinio se apropiaban de su contenido. Sin embargo, podemos argumentar que el autor proporcionó un amplio catálogo de todos los usos posibles de los productos naturales, y entre ellos incluyó todas las ideas y prácticas conocidas por él respecto del uso de ingredientes tanto autóctonos —por lo tanto tradicionales— como exóticos —producto de las conquistas romanas— antes que recetas específicas para afecciones concretas.

7.4. Conclusiones

La imagen de las relaciones entre los seres humanos y el entorno natural retratada por Plinio nos permite ampliar el ámbito de lo que significaba la alimentación en época romana, incorporando aquellos elementos que podían ser utilizados como alimentos pero también como medicamentos para

tratar todo tipo de afecciones posibles. El *continuo alimento-medicina* ofrece una interesante clave para entender los usos multicontextuales de los productos naturales y la dificultad para establecer una clara delimitación entre lo que se utilizaba y consumía como alimento en términos puramente nutricionales, y lo que se tomaba como medicina, bien como preventivo, bien para revertir un estado *en contra de la naturaleza*. En la obra de Plinio, las referencias a los usos de los productos de *Natura* apuntaban tanto a sus beneficios como artículos alimenticios como a su carácter medicinal para tratar diversas afecciones relacionadas con los distintos ciclos de la vida de mujeres y niños. Hemos ofrecido en este capítulo una impresión, aunque a grandes rasgos, de la recurrencia de las menciones de Plinio a dolencias femeninas e infantiles y al uso de una amplia gama de plantas y animales para su tratamiento. A través del análisis pormenorizado de cuatro de esos artículos mencionados como alimentos y medicamentos para mujeres y niños, surgieron algunos aspectos que podrían pasarse por alto fácilmente en la lectura, dada la densidad de la descripción de Plinio. Los cuatro casos que estudiamos representaban artículos alimenticios comunes, de acceso relativamente fácil, y en conexión con actividades y espacios relacionados con las mujeres y los niños (el cultivo del *hortus* y el cuidado de las aves de corral). La descripción que hizo Plinio de estos artículos resalta su uso para tratar afecciones de la salud femenina e infantil, coincidiendo con las orientaciones de la investigación actual sobre ellos. Asimismo, tanto el discurso de Plinio como las investigaciones actuales destacan las propiedades medicinales y nutritivas de estos artículos. Podemos argüir entonces que, tal vez, su uso medicinal se sustentaba en su aporte nutricional.

Dado que Plinio integró en su obra conocimientos autorizados y no autorizados, la *NH* constituye una fuente interesante del espectro disponible de interpretaciones, significados y prácticas en torno a las interconexiones entre los seres humanos y el entorno natural. Plinio reflejó el saber común de su época, al incorporar diferentes tradiciones de conocimiento y combinar diversas fuentes de información sin establecer conclusiones definitivas. En este sentido, las referencias al uso multicontextual de productos naturales como alimentos y medicinas para el tratamiento de mujeres y niños ofrecen algunas pistas sobre la relevancia de elementos que no formaban parte de la "dieta romana", pero que podrían haber sido consumidos ocasionalmente por mujeres y niños. No sabemos hasta qué punto estas referencias son indicativas de prácticas reales, pero el hecho de que Plinio las registrara nos permite pensar que al menos el conocimiento sobre los posibles usos de las creaciones de la naturaleza para diferentes fines se encontraba extendido por toda la sociedad. Además, la lectura de la *NH* como fuente de información sobre las interacciones humanas con la naturaleza demuestra que existían prácticas nutricionales y de salud alternativas a las ofrecidas desde el campo de la medicina, y que implicaban el uso de ingredientes comunes cuyas propiedades desconocían los autores médicos. Diferenciándose del tono prescriptivo de los tratados médicos, la obra de Plinio hace referencia a las múltiples formas en que se creía que la naturaleza era beneficiosa (o útil) para el ser humano.

Capítulo 8: La contribución de los estudios de isótopos estables para el análisis de la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano

Introducción

Los estudios de isótopos estables han experimentado enormes avances en las últimas décadas. Puesto que analizan aspectos de los cuerpos de las personas que vivieron en el pasado que no resultan directamente accesibles, pueden aportar información interesante y novedosa sobre los complejos procesos fisiológicos del cuerpo humano. Pero, por supuesto, estos aspectos fisiológicos no pueden disociarse del contexto social y económico en el que vivieron los individuos. De este modo, aunque los análisis de isótopos estables en restos humanos y animales se realizan a nivel individual, deben ser interpretados en relación a su contexto social y ambiental. El mayor reto al que se enfrentan estos estudios es el de pasar de las observaciones respecto de sitios e individuos específicos a establecer patrones generales —y desviaciones de esos patrones— que contribuyan a construir un conocimiento más profundo y preciso sobre las sociedades del pasado.

En el caso del estudio de la alimentación y la nutrición en el mundo romano, el análisis de isótopos estables en esqueletos humanos permite reconocer, aunque sea a grandes rasgos, los componentes dietéticos implicados en la formación de los tejidos de un individuo. Sin embargo, aunque es posible reconstruir algunos aspectos de la vida nutricional de los habitantes de la época romana, la interpretación de los datos isotópicos en términos sociales e históricos es mucho más complicada.

En este capítulo, formulamos un análisis crítico de la bibliografía existente sobre estudios de isótopos estables en el mundo romano, centrándonos en las referencias a mujeres y niños. En primer lugar, nos introducimos en los aspectos básicos de los estudios de isótopos estables en la dieta humana.[213] A continuación ofrecemos una visión general respecto de las posibilidades y limitaciones del uso de isótopos estables para el estudio de la alimentación de mujeres y niños en el mundo romano antiguo. Finalmente, organizamos el análisis de la bibliografía existente sobre el tema en tres estratos que, en nuestra opinión, contribuyen a develar cómo se interpretan los datos isotópicos en términos sociales e históricos. La primera capa refiere al nivel de los procedimientos específicos del estudio bioarqueológico y se centra en la organización y descripción de los datos, donde el sexo y la edad son dos de las principales variables que guían el análisis. La segunda capa apunta a la traducción de esos resultados en términos de la "dieta". En otras palabras, señala cómo se interpretan los datos isotópicos para reconstruir el consumo de alimentos por parte de los individuos y posibilitar así las comparaciones entre distintos grupos sociales. El tercer nivel se refiere a la contextualización de los

[213] Los isótopos estables también son utilizados para analizar otros aspectos de la vida humana, animal y vegetal, así como también procesos medioambientales. Sin embargo, en esta tesis nos referimos a los estudios de isótopos estables centrados en la reconstrucción de la dieta.

resultados en el marco social e histórico más amplio del mundo romano. En este punto los argumentos de Garnsey relativos a los determinantes de la alimentación y nutrición de mujeres y niños[214] han sido utilizados como un marco explicativo total que, en última instancia, reduce todas las posibles interpretaciones de los datos isotópicos a una que concuerde con el relato histórico establecido.

8.1. Estudios de isótopos estables

El principio básico de los estudios de isótopos estables es que existen isótopos de elementos químicos específicos de la naturaleza —átomos de dichos elementos que tienen el mismo número de protones y electrones pero un número variable de neutrones— que no decaen con el tiempo en condiciones normales, sino que permanecen estables. Los diferentes alimentos poseen valores isotópicos específicos, por lo tanto, cuando los seres humanos consumen distintos productos, los elementos químicos contenidos en ellos interactúan con su organismo en los procesos metabólicos y, lo que es más importante, en la formación de tejidos y músculos. Como resultado, el consumo de alimentos con diferentes valores isotópicos queda plasmado en el cuerpo. El carbono y el nitrógeno son utilizados por el organismo en la formación de tejidos con tasas de recambio variables. Por lo tanto, las proporciones de isótopos estables de carbono (12C/13C) y nitrógeno (15N/14N) en el colágeno y la apatita de los huesos pueden aportar información sobre algunos aspectos de la dieta de las poblaciones del pasado. Ahora bien, los valores isotópicos de los componentes óseos, expresados como valores δ13C y δ15N, guardan relación con los alimentos consumidos durante el período de los 10 años anteriores a la muerte de la persona. Esto significa que los isótopos estables de los restos humanos pueden utilizarse como aproximaciones a la dieta general de los individuos durante ese período de tiempo.

Las proporciones de isótopos de carbono medidas en el colágeno óseo (δ13Cor y δ13Cco) indican principalmente el componente proteico de la dieta, mientras que la medición de isótopos de carbono en la apatita ósea (δ13Cap) proporciona una imagen de las fuentes de energía, incluidos carbohidratos y lípidos (Craig et al., 2009; Killgrove & Tykot, 2012; Redfern, 2012; Bourbou et al., 2015). De esta manera, el análisis de isótopos estables de carbono permite distinguir una dieta basada en plantas que siguen la vía fotosintética C3 —hierbas templadas como el trigo y la cebada— de otra basada en plantas que siguen la vía fotosintética C4 —incluidos el mijo y el sorgo—. El nitrógeno del colágeno óseo, por su parte, se obtiene directamente de las proteínas de la dieta. De allí que los valores δ15N del colágeno reflejen las proporciones de las fuentes de proteínas alimentarias

[214] Para una explicación de los argumentos de Garnsey, véase la sección 1.1.6. En este capítulo, conceptualizamos el conjunto de esos argumentos bajo la etiqueta de "estatus-poder-acceso".

consumidas. Los valores isotópicos del nitrógeno aumentan en un 3-5% con cada nivel trófico,[215] por lo que son útiles para distinguir las dietas ricas en proteínas de origen animal de aquellas ricas en proteínas de origen vegetal. De manera similar, dado que en los entornos marinos las cadenas tróficas son más largas y permiten un mayor enriquecimiento del δ15N en cada nivel trófico sucesivo, valores altos de δ15N suelen interpretarse como indicadores de una dieta rica en proteínas provenientes del consumo de organismos marinos. Sin embargo, la información derivada de los estudios de isótopos estables debe ser tomada con precaución puesto que aunque pueden indicar en categorías muy amplias las fuentes dietéticas de proteínas y energía, no pueden dar cuenta de las cantidades de alimentos consumidas, ni de su calidad, como tampoco informan sobre la adecuación nutricional de la dieta del individuo (Prowse et al., 2005; Craig et al., 2009).

La mayoría de los estudios de isótopos estables sobre el colágeno óseo refieren al grueso ("bulk") de la “señal isotópica” de un individuo, que proporciona un registro dietético a largo plazo. Sin embargo, no se tiene en cuenta el origen de los elementos que intervienen en la formación del colágeno. Los átomos del colágeno proceden de aminoácidos incorporados directamente a través de las proteínas de la dieta o por procesos fisiológicos internos (utilizando carbono adicional de los hidratos de carbono, lípidos y proteínas o nitrógeno proveniente de reacciones de transaminación a partir de la reserva metabólica de nitrógeno amino del organismo). En la actualidad se aplican nuevas metodologías para reconstruir las vías metabólicas asociadas a los aminoácidos con el fin de proveer una explicación más detallada sobre sus posibles orígenes (Soncin et al., 2021).

Los dientes resultan especialmente interesantes para el estudio del consumo de alimentos en las sociedades del pasado debido al tipo de información que puede extraerse de ellos. La formación de los dientes humanos (odontogénesis) comienza en el útero y continúa hasta alrededor de los 21 años, cuando se completa la dentición permanente. Después de este período, los dientes no se remodelan. De allí que los estudios sobre la dentina y el esmalte dental pueden reconstruir información muy valiosa sobre los procesos nutricionales de un individuo a lo largo de ese período de tiempo.[216] Es importante señalar que, dado que los restos de subadultos analizados en los estudios bioarqueológicos representan a aquellos individuos que no sobrevivieron a la infancia, estos registros pueden estar sesgados en torno a los individuos más vulnerables. El análisis de muestras dentales de

[215] Un cambio de nivel trófico se produce cuando un organismo consume a otro. Como resultado, los valores δ15N en los tejidos del consumidor aumentan. Por consiguiente, el efecto del nivel trófico (“trophic level effect”) representa el aumento de los valores de δ15N a medida que el nitrógeno de las proteínas alimentarias se incorpora a los tejidos corporales. Dado que las cadenas alimentarias marinas son más largas que las terrestres, se supone que el consumo de recursos marinos daría lugar a valores de δ15N más elevados que los procedentes del consumo de fuentes alimentarias terrestres. Asimismo, puesto que a través de la lactancia el bebé consume tejidos maternos, los valores δ15N del bebé aumentan durante el período de lactancia.

[216] Prowse (2001) explicó que: "El esmalte dental es único en el sentido de que es casi totalmente inorgánico (96% en peso), carente de nervios, vasos sanguíneos y células. A diferencia del hueso, que se sustituye constantemente a lo largo de la vida de un individuo, el esmalte no se remodela. La dentina tiene una capacidad limitada de remodelación; los odontoblastos pueden producir dentina secundaria si la dentina primaria se ha desgastado. Aunque el esmalte no se remodela, la integridad estructural de un diente puede verse afectado por factores de estrés fisiológicos (por ejemplo, deficiencia dietética, enfermedad infecciosa) durante el desarrollo" (p. 57).

adultos, en cambio, puede ofrecer información respecto de la vida nutricional de los individuos que sí sobrevivieron a la infancia. La incidencia de hipoplasia del esmalte dental (dental enamel hypoplasia), por ejemplo, puede ser indicativa de períodos de estrés en el desarrollo que pueden contribuir a comprender la nutrición y la supervivencia (Minozzi et al., 2020). Por otra parte, los alimentos entran en el cuerpo por la boca y su interacción en el entorno oral y durante la masticación pueden producir efectos que repercutan en la dentición (Powell, 2001).

Los estudios de caso basados en la colaboración entre disciplinas poseen la potencialidad de analizar los efectos de las interacciones entre la salud, la alimentación, la nutrición, la cocina, la medicina y las redes sociales de cuidado en el cuerpo humano. Por ejemplo, Gismondi et al. (2020), analizaron el sarro de un hombre del período imperial romano, probablemente un trabajador de la sal, hallado en la necrópolis de Castel Malnome (Roma, Lacio, Italia), afectado por una anquilosis bilateral de la articulación temporomandibular.[217] A pesar de su afección, este hombre alcanzó la edad adulta gracias a la extracción forzada de los dientes anteriores, lo que le permitió comer. Restos de almidón en sus dientes revelaron que el hombre consumía comidas bien cocinadas y semilíquidas. Al mismo tiempo, la presencia de granos de polen en su boca es interpretada o bien como producto de una aspiración involuntaria, o bien como resultado del uso voluntario de plantas como ingredientes de comidas y decocciones terapéuticas. El análisis exhaustivo de este caso singular desencadena ideas respecto a las intervenciones sociales en forma de procedimientos médicos (extracción de dientes y fitoterapia) y de trabajos de cuidado (preparación de alimentos semilíquidos). Este tipo de estudios de caso contribuyen a reconstruir (posibles) experiencias vividas en relación con la alimentación y la nutrición.

8.2. Los estudios de isótopos estables y la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano

La reflexión histórica respecto de la alimentación y la nutrición en el mundo romano se beneficia enormemente de los estudios isotópicos puesto que tratan con los cuerpos reales de las personas que habitaron los territorios bajo dominio romano. Esto plantea dos cuestiones: la primera es que la existencia de un poder político y militar efectivo no anula el hecho de que los grupos humanos que fueron integrados al Imperio romano habían desarrollado sus propias formas de relacionarse entre sí y con el medio ambiente con el fin de proveerse el sustento. En este sentido, es importante considerar que incluso cuando los investigadores hablan de una dieta "romana", esto no puede tomarse como un

[217] La anquilosis es la fusión de las superficies articulares por hueso o tejido fibroso. La articulación temporomandibular (ATM) conecta la mandíbula con el cráneo. Por lo tanto, la anquilosis bilateral de la articulación temporomandibular implica la fusión entre el hueso de la mandíbula y el cráneo en ambos lados y puede causar dificultad para masticar, hablar, mantener la higiene bucal y causar una desfiguración estética (Hedge et al., 2019).

marco monolítico. Es más, debe tenerse en cuenta un alto grado de variabilidad entre grupos sociales —e incluso entre individuos dentro de los mismos—. La segunda cuestión es que, dado que los restos analizados por los estudios de isótopos estables pertenecían, en efecto, a individuos que vivieron durante la época romana, poseen el potencial de proporcionar información sin el sesgo cultural masculino y elitista de las fuentes escritas. Esto resulta especialmente relevante para el estudio de la alimentación y nutrición de mujeres y niños (véase el apartado 1.3).

A pesar de lo antedicho, hay que tener en cuenta las limitaciones tanto de los estudios de isótopos estables como de las disciplinas que dialogan con ellos para no perderse en las circularidades de su interacción. Los investigadores interesados en la alimentación, la dieta y la nutrición en el mundo romano son muy conscientes de las potencialidades del trabajo interdisciplinar. En este sentido, el análisis de isótopos estables, la arqueobotánica, la zooarqueología, la antropología, la historia y otras disciplinas hacen grandes esfuerzos por fomentar la colaboración e incorporar los hallazgos particulares. Sin embargo, como han señalado Heinrich et al. (2021), uno de los mayores riesgos en la interacción de los estudios de isótopos estables y el discurso histórico es el desajuste entre la información que puede aportar cada disciplina y cómo se integran en el relato. Los datos brutos resultantes de los estudios isotópicos deben interpretarse desde una perspectiva social, cultural, económica y medioambiental —y, agregamos, también de género—situada. De lo contrario, corremos el riesgo de dejar que nuestros supuestos previos y subyacentes influyan en las preguntas que nos hacemos y en las respuestas que obtenemos, obstaculizando así la posibilidad de que nueva información pueda revelar otros aspectos de la relación entre las sociedades romanas y la alimentación que no habían sido tenidos en cuenta. Esto se pone de manifiesto en lo que los autores denominan "citation snowballs” (bolas de nieve de citas) y es especialmente relevante en los estudios sobre mujeres y niños. Frecuentemente, los estudios arqueológicos proporcionan una contextualización histórica y cultural general construida sobre la base de la información proporcionada por las fuentes escritas y por el discurso histórico imperante de modo de poder interpretar y dar sentido a sus hallazgos. Como resultado de ello las ideas y estereotipos prevalecientes en el relato histórico respecto de mujeres y niños sirven de base para la interpretación de las evidencias arqueológicas. Ahora bien, esas mismas fuentes arqueológicas, son posteriormente referidas por los historiadores, como pruebas de la veracidad de sus presupuestos. De esta manera, la evidencia arqueológica acaba siendo utilizada, en última instancia, para confirmar las nociones *a priori* de los propios investigadores. Ante esto, los estudios de género en historia, pero también la arqueología de género, la bioarqueología social y el enfoque del curso de vida (life-course approach), han contribuido enormemente a reflexionar sobre las nociones y sesgos androcéntricos heredados en los estudios de las sociedades del pasado, y han proporcionado herramientas para superarlos. Estas perspectivas entienden a los cuerpos humanos, y por extensión a los restos humanos, como entidades social y biológicamente constituidas (Gilchrist, 2009; Prowse, 2011; Gowland, 2017; Zuckerman & Crandall, 2019), por lo que su estudio puede ayudar a reconstruir las experiencias vividas por los individuos, más allá de los discursos normativos disponibles. En este sentido, resulta interesante constatar si

estas herramientas metodológicas y teóricas han sido implementadas tanto en los estudios de isótopos estables como en las interpretaciones históricas sobre la alimentación y la nutrición de niños y mujeres.

Es preciso tener en cuenta hasta qué punto estos estudios pueden informarnos sobre ciertos aspectos de las dietas antiguas. Los estudios isotópicos estables trabajan con poblaciones arqueológicas, que son siempre muestras sesgadas de poblaciones antiguas reales. Existen diferentes procesos —tanto contemporáneos como postdeposicionales— que influyen en la disponibilidad de muestras de restos humanos y en su aptitud para ser utilizadas para el análisis de isótopos estables. Otra cuestión a considerar es que estos estudios se realizan sobre individuos que murieron, pero a menudo no se puede discernir la causa de su muerte. Desde una perspectiva paleopatológica, los individuos podrían haber muerto de una enfermedad antes de que se desarrollara una respuesta esquelética, un concepto denominado "paradoja osteológica" (Redfern, 2013). Como consecuencia, un esqueleto que pudiera parecer “sano”, podría haber experimentado una enfermedad aguda que acabara prontamente con su vida, sin dejar rastros a nivel óseo.

Además, como se ha sugerido previamente, aunque los estudios de isótopos estables pueden revelar información sobre algunos aspectos de la dieta, en muchos casos esa información no es precisa. Por ejemplo, los valores de δ15N refieren al contenido proteico de la dieta. Sin embargo, los valores de nitrógeno tienden a sobrerrepresentar el consumo de alimentos ricos en proteínas, como la carne y el pescado mientras que otros alimentos como los cereales y las frutas resultan menos visibles. Por su parte, los alimentos sin componente proteico como por ejemplo los aceites, aunque proporcionan cantidades considerables de lípidos y grasa, resultan prácticamente “invisibles” (Craig et al., 2009, p. 573).[218] Los lactantes, por su parte, obtienen todos sus nutrientes de la leche materna rica en proteínas, por lo que no necesitan obtener material para la síntesis de colágeno de ninguna otra parte de la dieta (por ejemplo, de los lípidos). Como resultado, normalmente presentan niveles más altos de δ13C en comparación con las mujeres adultas (Dupras et al., 2001; Prowse, 2005). Pasar por alto estas complejidades de los estudios de isótopos estables puede llevar a conclusiones erróneas respecto de las fuentes de macronutrientes en las dietas humanas.

Además de estas peculiaridades existen otros aspectos que estos estudios no pueden dilucidar. Si bien las principales tendencias de la ciencia de la nutrición en la actualidad tienden a centrarse en los macronutrientes (hidratos de carbono, lípidos y proteínas), existen otros componentes clave que intervienen en la nutrición humana: los micronutrientes —vitaminas y minerales— (véase el capítulo 2). El consumo de frutas y legumbres, alimentos importantes de las dietas antiguas y que desempeñan un papel clave en la nutrición al aportar micronutrientes, no resultan visibles en el registro isotópico (Craig et al., 2009). Considerando que, como hemos analizado, los organismos

[218] El aceite de oliva, un alimento básico de las antiguas dietas mediterráneas, muestra valores muy bajos de δ13C en la apatita ósea (-30‰ a -27‰) y puede tener un impacto significativo en el valor δ13C grueso de la dieta si se consume en cantidades suficientes (Bourbou y Garvie-Lok, 2015).

femeninos e infantiles presentan necesidades particulares de macro y micronutrientes y que la provisión de los mismos a través de la dieta resulta esencial para mantener su salud, los estudios de isótopos estables no proporcionan la información necesaria para evaluar la adecuación nutricional de las antiguas dietas de mujeres y niños.[219]

En la siguiente sección, analizamos la bibliografía disponible sobre estudios de isótopos estables relativas a diferencias de sexo y edad en la dieta de las poblaciones romanas considerando tres capas de análisis e interpretación de la información, con el fin de comprender cómo los datos isotópicos se integran en el relato histórico. Estas capas son: en primer lugar, las variables consideradas al realizar los análisis; a continuación, los resultados observados y las inferencias que se hacen de ellos; y, por último, la interpretación social e histórica de los resultados.

8.3. La primera capa: las variables

8.3.1. Diferencias basadas en el sexo

Los estudios de isótopos estables suelen realizarse sobre una muestra específica, es decir, un cementerio, un conjunto funerario, los individuos encontrados en los *fornici* en Herculano, por ejemplo. En esta instancia los restos hallados son, primeramente, descritos y clasificados. Se registran: número de individuos, sexo, edad en el momento de la muerte, contexto del enterramiento, ajuar funerario, lesiones y marcas indicativas de enfermedades, entre otras características. Las condiciones del suelo, las características del yacimiento, las fechas de ocupación (a grandes rasgos) y la presencia de restos vegetales y animales asociados, también son claves para ofrecer una interpretación integral del registro bioarqueológico. Luego, se extrae el colágeno o la apatita de los huesos —generalmente de las costillas o los dientes—, para ser procesado y analizado en el laboratorio. Los resultados se expresan en valores de carbono y nitrógeno que se comparan entre sí y con los valores globales de los restos faunísticos y botánicos. Tablas y gráficos ayudan a organizar y comparar la información.

Este tratamiento de los datos bioarqueológicos en función de variables estándar permite realizar comparaciones entre individuos del mismo sitio, o de otros sitios arqueológicos. En los trabajos seleccionados aquí, el sexo, la edad, la salud y el estatus suelen ser las dimensiones más exploradas, puesto que habilitan preguntas respecto de la situación de mujeres y niños de forma más

[219] Según Craig et al. (2009): el análisis de isótopos estables no debe utilizarse para descartar el consumo de ningún alimento, sino sólo para proporcionar una medida amplia, pero a largo plazo, de la dieta" (p. 573). También añadieron que: "el análisis isotópico nos informa sobre las proporciones dietéticas de los alimentos consumidos, no revela nada sobre la calidad percibida de los alimentos, por ejemplo sobre los diferentes cortes de carne, ni es capaz de identificar el consumo ocasional de alimentos de alto estatus, cualesquiera que éstos hayan sido" (p. 580).

específica. Sin embargo, cabe señalar que, aunque existen protocolos para determinar cada una de esas variables, el sesgo y la subjetividad por parte de los investigadores está siempre presente. Como ya se ha mencionado, la salud es una categoría muy difusa puesto que una persona puede haber padecido una enfermedad en vida pero sus restos podrían no reflejarlo, o podría también haber muerto a causa de una enfermedad que no implicara lesiones a nivel del esqueleto. El sexo y la edad, por su parte, suelen ser determinados por la morfología ósea del cráneo y la pelvis, por lo que la clasificación de un individuo como varón o mujer depende en gran medida del estado de la muestra. Además, aun si se suele atribuir un “sexo biológico” a los restos individuo, las experiencias vividas desde el punto de vista del género pueden haber sido muy diferentes de una persona a otra (Gilchrist, 2009; Agarwal, 2012; Zuckerman y Crandall, 2019; véase también la sección 2.3).[220] El estatus resulta una variable aún más difícil de determinar. Suele emplearse esta categoría para identificar los restos de una persona o grupo que evidencian diferencias en el tratamiento funerario en términos de ajuares funerarios, tipos de enterramiento, vestimentas, etc. Estas diferencias suelen atribuirse a su posición social, económica o política dentro de las sociedades en las que vivían. Sin embargo, como explican Killgrove y Tykot (2012), a menudo el estatus social de una persona no se puede explicar en un registro arqueológico. En definitiva, son los criterios y definiciones de los arqueólogos los que organizan los datos.

Aunque el sexo esquelético y el género son, en efecto, categorías diferentes, los individuos etiquetados arqueológicamente como "femeninos" se interpretan como habiendo encarnado una existencia femenina. Del mismo modo, la categoría "subadulto" comprende lo que entendemos por "bebés y niños". Sin embargo, es muy difícil atribuir un sexo biológico a los subadultos dado el estado de desarrollo de su esqueleto. En consecuencia, la categoría "subadulto" puede dar cuenta de procesos propios de la edad, pero no puede correlacionarse con las categorías de sexo y género. Es en estos términos, y con estas limitaciones, como la información bioarqueológica puede traducirse en conocimiento sobre las experiencias vividas por mujeres y niños en el mundo romano. No obstante, siempre permanecen abiertos los interrogantes respecto de la representatividad de los hallazgos individuales.

Las descripciones de las correlaciones analizadas suelen aparecer bajo el epígrafe de "resultados". Para nuestro propósito de analizar la alimentación y nutrición de mujeres y niños, abordaremos las referencias a las diferencias de edad y sexo en los estudios de isótopos estables. Prowse (2001) reportó diferencias basadas en el sexo en su estudio sobre un conjunto poblacional romano en Isola Sacra. La autora afirmó que: "Los valores δ13C de las mujeres son significativamente más negativos

[220] Zuckerman y Crandall (2019) abordaron cuestiones relativas al sexo y al género en arqueología y denunciaron que: "aunque los bioarqueólogos se han comprometido con el pensamiento de la tercera ola de que el género es una construcción cultural, en la práctica la identificación del género depende de la morfología esquelética y solo en raras ocasiones se considera distinta del sexo" (p. 163). En este contexto, aunque se pueda determinar el sexo biológico de una persona, la forma en que esa persona experimentaba el género (la inscripción social y cultural de su pertenencia al sexo masculino o al femenino) variaba enormemente de un individuo a otro.

que los de los varones, mientras que los valores δ15N no muestran diferencias significativas entre los sexos". Sin embargo, tras añadir la variable de "edad al morir", surgió una imagen más matizada: "en todas las categorías de edad de adultos, la media de δ15N es sistemáticamente superior en los varones que en las mujeres. Los datos de carbono muestran un patrón similar, con las mujeres de cada categoría con valores medios de δ13C más bajos que los varones" (pp. 111-113). En su artículo de 2005, Prowse et al. observaron que los valores δ15N de las mujeres tendían a ser más elevados a medida que aumentaba la edad al morir, lo que los llevó a sugerir que las mujeres de la muestra de Isola Sacra de edad más avanzada tenían mayor acceso a alimentos enriquecidos en nitrógeno, lo que resulta muy interesante ya que los valores δ15N elevados son señalados como la característica distintiva de las dietas masculinas en comparación con las femeninas. A pesar de ello, en las conclusiones, los autores enfatizaron las diferencias entre las dietas masculina y femenina, pasando por alto la peculiar información sobre los altos valores de δ15N del grupo femenino de mayor edad: "Los datos combinados de δ13C y δ15N sugieren que las mujeres consumían una mayor proporción de plantas terrestres C3 en su dieta, y que los alimentos marinos constituían una proporción comparativamente mayor de la dieta de los varones" (p. 9).

En un estudio reciente, Martyn et al. (2018) observaron que: "La distribución de δ15N y δ13C es significativamente diferente entre los sexos en Herculano (...) con los varones típicamente enriquecidos en 15N y 13C en comparación con las mujeres" (p. 1025). Estos valores marcadamente diferenciales de isótopos de carbono y nitrógeno son denominados "variación isotópica", y son interpretados en este caso distintivos del sexo. En otros casos, sin embargo, las diferencias basadas en el sexo en los valores de carbono y nitrógeno no son evidentes. Killgrove y Tykot (2013) informaron de que: "No se encontraron diferencias significativas en δ13Cap entre varones y mujeres en Casal Bertone, ni tampoco entre subadultos y adultos" (p. 33). Nuevamente, en su artículo sobre un estudio del cementerio imperial de Gabii, los autores sostuvieron que: "Dentro de esta pequeña población, los varones y las mujeres presentan valores isotópicos similares" (p. 7).

Cheung et al. (2012) analizaron la dieta de tres poblaciones romano-británicas de Gloucestershire, en el suroeste de Inglaterra, a través de los isótopos estables para comprender su conexión con la diferenciación social y los cambios culturales en la región. Observaron algunas diferencias entre las poblaciones urbanas y rurales en cuanto a los valores de carbono y nitrógeno. Entre la población urbana de la Gloucester romana, los varones presentaban valores de δ13C significativamente más elevados que las mujeres, pero no había diferencias de δ15N entre los sexos. A nivel de los yacimientos rurales, los autores tampoco encontraron diferencias significativas en función del sexo.

Como señaló Agarwal (2012): "El procedimiento convencional de dividir las muestras bioarqueológicas en grupos masculinos y femeninos al comienzo del análisis se basa en una suposición normalmente implícita: que la diferencia social más significativa es la del sexo y, por tanto, que deberíamos esperar ver la mayor variabilidad entre varones y mujeres." (p. 324). Cuando se encuentran diferencias en los valores de isótopos estables entre poblaciones de mujeres y varones,

se explican en términos de dietas masculinas y femeninas distintivas. Esto plantea un problema al oscurecer las posibles variaciones dentro de cada grupo y obstaculiza, a su vez, la posibilidad de analizar desviaciones de lo esperado —por ejemplo, el caso de los altos valores de nitrógeno entre las mujeres de más edad en el estudio de Prowse— en favor de una simplificación en términos binarios varones/mujeres. Adicionalmente, si la diferencia entre un grupo y otro se fundamenta en la atribución de sexo, es necesario ofrecer alguna explicación para los casos donde se observa una ausencia de distinciones —como lo es los casos que ofrecen Killgrove y Tykot (2013; 2017) y Cheung et al. (2012).

8.3.2. Diferencias en función de la edad: Subadultos

Como se ha mencionado anteriormente, los esqueletos categorizados como “subadultos” suelen ser muestras difíciles de analizar para los bioarqueólogos. A menudo los niños eran enterrados en lugares diferentes a los de los adultos o sus restos podrían haberse degradado fácilmente debido a su fragilidad y tamaño pequeño (Carroll, 2018). Además, al no poder ser clasificados por sexo, no es posible realizar comparaciones relativas a bebés y niños de sexo masculino y femenino.

Los estudios de isótopos estables permiten analizar los patrones de lactancia y destete. Al iniciar y al finalizar dichos procesos, se producen cambios en la formación de los tejidos de los lactantes, que resultan visibles en sus valores δ15N y δ13C. Dado que los bebés consumen tejido materno a través de la leche, sus valores de δ15N aumentan rápidamente al inicio de la lactancia, aproximadamente 2-3‰ por encima de los valores del tejido de la madre (lo que se denomina “efecto trófico”). Con la introducción de alimentos complementarios durante el proceso de destete, los valores de nitrógeno de los lactantes comienzan a descender hasta alcanzar los de sus madres, cuando éste se completa. Los valores de δ13C también proporcionan información sobre la lactancia, ya que los valores de carbono de los lactantes alimentados exclusivamente con leche materna se encuentran enriquecidos en comparación con los de su madre, también debido al “efecto del nivel trófico” (Prowse, 2001. Véase la nota 3). Al mismo tiempo, el análisis de isótopos estables puede informar sobre el tipo de alimentos introducidos durante el proceso de destete —por ejemplo, se suelen identificar "dietas terrestres" o "marinas".

Tanto la lactancia materna como el destete están reconocidos como momentos bioculturales —y, debemos añadir, nutricionales— clave en la vida de una persona (Powell et al., 2014; Cocozza et al., 2020). Hoy en día es un hecho ampliamente reconocido que la leche materna proporciona al recién nacido de anticuerpos, enzimas, hormonas y vitaminas que, a la vez que lo nutren, previenen enfermedades (véase la sección 2.2). El destete, por su parte, es un largo proceso por el que la leche materna se complementa con otras fuentes de alimento, hasta el cese completo de la lactancia. Se trata de una etapa crítica en la vida del lactante, ya que la introducción de nuevas fuentes de alimento en su dieta conlleva la exposición a agentes patógenos.

Los estudios bioarqueológicos, incluidos de los isótopos estables, reconocen los estrechos vínculos entre la nutrición y la salud materna e infantil (Bourbou et al., 2013; Killgrove & Tykot, 2017; Gowland, 2017; Zuckerman & Crandall, 2019; Redfern & DeWitte, 2011; De Angelis et al., 2020). En este sentido, se incorpora información isotópica sobre las madres en el análisis de los subadultos. Son pocas las ocasiones en las que una madre biológica y su hijo pueden ser identificados en el registro bioarqueológico. Aun así, otras cuestiones nos impiden interpretar si ellos practicaban la lactancia. Por ejemplo, la alimentación de lactantes a través de nodrizas (es decir, mujeres que tenían hijos propios pero amamantaban a hijos de otras personas), está ampliamente documentada en el mundo romano. Como forma de superar estas dificultades, los estudios de isótopos estables suelen establecer una media agregada de los valores de carbono y nitrógeno del conjunto de los individuos categorizados como “mujeres adultas” del mismo yacimiento, que es tomada como referencia de los valores probables de una mujer en edad reproductiva. Esta cifra promedio, por lo tanto, representa los valores de carbono y nitrógeno de las posibles madres de los subadultos. Como consecuencia, los investigadores comparan los valores infantiles con este promedio femenino para determinar si los restos de los individuos muestran valores enriquecidos de nitrógeno y/o carbono, apuntando así a la existencia del amamantamiento (Bourbou et al., 2013). Otro aspecto importante a tener en cuenta es que el registro bioarqueológico de subadultos analiza los restos de bebés y niños que murieron tempranamente. Para compensar este sesgo hacia los niños menos saludables de una población, como se ha explicado anteriormente, se suele realizar un análisis de piezas dentales en adultos para incorporar información sobre aquellos que sí sobrevivieron al proceso de destete (Prowse, 2003; Bourbou et al., 2013).

El análisis de los valores isotópicos indicativos de lactancia y destete es utilizado para determinar "patrones de lactancia materna" y las "dietas de destete", respectivamente. El primero apunta a la posibilidad de estimar la duración general de las prácticas de amamantamiento de un grupo, mientras que el segundo apunta a develar la transición de la dieta "infantil" a la "adulta"' como también el riesgo de mortalidad a lo largo de los primeros años de vida (Dupras et al., 2001; Prowse et al, 2005; Powell et al., 2014; Redfern et al., 2017; De Angelis et al., 2020; Cocozza et al., 2021).

Aunque se han reportado casos en los que no existen valores que indiquen claramente la práctica de la lactancia materna exclusiva (Killgrove y Tykot, 2017), la mayoría de los estudios sobre subadultos en los primeros años de vida muestran un aumento de los niveles de δ15N desde el nacimiento hasta los 3-6 meses de edad, en relación con los valores promedios femeninos establecidos (Dupras, 2001; Prowse, 2001; Redfern et al., 2017; Powell et al., 2014; Prowse et al., 2018; Cocozzo et al., 2001). En estos casos, el aumento de los valores de nitrógeno de los lactantes en comparación con la media femenina se entiende como una prueba clara de lactancia materna exclusiva, y los autores interpretan luego estos resultados basándose en la literatura médica contemporánea (abordaremos este tema más adelante). Los valores de nitrógeno suelen mostrar una meseta durante el período de amamantamiento y experimentan un descenso con la introducción de alimentos complementarios. En este punto, la combinación de los valores δ15N y δ13C ofrece una perspectiva sobre las

características del período de destete. Se sostiene que la lactancia, pero sobre todo las prácticas de destete, dependen en gran medida de las ideas culturales disponibles. La duración de esta etapa transicional varía significativamente de un yacimiento a otro, lo que ha llevado a los autores a definir, en términos generales, las pautas de destete propias de cada yacimiento en relación a la región donde se hallan (es decir, pautas de destete "romano-británicas"; "romano-londinenses"; "romano-egipcias"). Además se han definido, a grandes rasgos, patrones de amamantamiento "romanos", "medievales" y "bizantinos" (Bourbou et al., 2013; Powell et al., 2018). En este marco, los patrones de destete dentro del período romano muestran una gran variabilidad geográfica, pasando de los 3 a 6 meses de edad a los 2, 3 e incluso 4 años en diferentes regiones.

8.4. La segunda capa: la interpretación de los datos isotópicos

La mera descripción de las posibles combinaciones de variables, y los valores relativos de δ13C y δ15N para mujeres, varones, subadultos e individuos "no sexados" resultantes, sirve como insumo para contextualizar, posteriormente, estos valores en una dinámica social más amplia. En este punto, los datos isotópicos duros se expresan en términos de "dieta".

Prowse (2001) informó valores δ13C más bajos para las mujeres que para los varones y, tras desglosar los resultados en categorías de edad, observó que las mujeres de 15 a 30 años tenían los valores δ15N medios más bajos de toda la muestra. A continuación, aisló a este grupo de mujeres de entre 15 y 30 años y a los hombres de más de 45 años para comparar sus valores tanto de δ13C como de δ15N. No ofreció, sin embargo, razones que justifiquen la separación de estos dos grupos demográficos. La autora retomó posteriormente el análisis, integrando las evidencias isotópicas y las dentales. Allí abordó, nuevamente, las variaciones por sexo y edad e interpretó las observaciones anteriores afirmando que: "Los datos combinados de δ13C y δ15N sugieren que las mujeres consumían una proporción ligeramente mayor de animales terrestres y plantas C3 en sus dietas y que los alimentos marinos constituían una proporción comparativamente mayor de la dieta de los varones" (p. 213). Sin embargo, no resulta posible descartar por completo el consumo de productos marinos por parte de las mujeres, ya que también expresó que: "Los valores δ13C y δ15N de las mujeres de la muestra de Isola Sacra no indican una dieta puramente terrestre; más bien, sus niveles isotópicos también sugieren el consumo de alimentos marinos" (p.215).

Martyn et al. (2018) explicaron los valores δ15N relativamente elevados en la población de Hercolano sosteniendo que los varones consumían más pescado que las mujeres. Soncin et al. (2021), por su parte, aplicaron un análisis isotópico de compuestos específicos que confirmó las observaciones previas sobre las diferencias basadas en el sexo dentro de la muestra de Herculano. Sostuvieron que las mujeres:

> Obtenían menos proteínas de su dieta total del pescado y los cereales que los hombres, pero relativamente más de productos de animales terrestres (es decir, carne, huevos y lácteos). Esta última categoría también podría incluir teóricamente las

> proteínas de una amplia gama de alimentos producidos localmente, como legumbres, leguminosas y frutos secos, ya que es probable que estos alimentos tuvieran valores isotópicos de AA de origen similares a los del forraje animal. Se ha demostrado anteriormente, a partir de conjuntos de datos del grueso de los isótopos, que los varones tenían mayor acceso al pescado marino en Herculano y, más ampliamente, en la Italia romana (...) Los varones también obtenían una mayor proporción de proteínas de los cereales *en comparación con sus contemporáneas femeninas*, mientras que las mujeres obtenían una mayor proporción de proteínas de productos de animales terrestres o alimentos vegetales cultivados localmente. [énfasis añadido] (p. 3).

Cuando se identifican diferencias basadas en el sexo, los valores femeninos se leen en relación con los masculinos (más o menos "que los varones"). Además, en estos ejemplos, los autores sólo identificaron las fuentes de proteínas utilizadas por el cuerpo humano en la formación del tejido óseo, lo que no da cuenta de toda la composición de una dieta, sino sólo de una parte de ella. Las diferencias, a su vez, se interpretan en términos de dietas “masculinas” y “femeninas” distintivas.

Como ha sido señalado, el período de destete se entiende como un momento crítico en términos de supervivencia. Muchos estudios se enfocan en la introducción de alimentos suplementarios para tratar de identificar la dieta de transición infantil. Prowse y sus colegas (2005, 2011) reconocieron una dieta exclusivamente terrestre para los niños de hasta 5 años de edad en Isola Sacra. Esto se expresó en términos de una dieta "herbívora" e incluso "hiperherbívora". Cuando desagregaron los datos por edad, los autores observaron valores bajos de δ13C para los subadultos de entre 5 y 10 años, y valores bajos de δ15N para los de entre 10 y 15 años (Prowse, 2001; Prowse et. al., 2005). Se cree que, por tanto, la "dieta de destete" en este sitio comprendía dos recursos principales: la leche materna y alimentos complementarios a base de carbohidratos. El análisis dental de los dientes de leche reveló la presencia de caries y sarro en individuos de tan sólo 2,5 años de edad, lo que Prowse (2001) asoció con la naturaleza blanda y pegajosa de los alimentos de destete (es decir, de los carbohidratos).

Dupras et al. (2001) analizaron las prácticas de destete en el oasis de Dakhleh (Egipto) en época romana. Identificaron la continuación de la lactancia materna hasta los 3 años de edad, pero con la introducción de alimentos suplementarios enriquecidos con δ13C a partir de los 6 meses, incluyendo leche de vaca y de cabra. Es interesante señalar que los autores destacaron los peligros potenciales que representan estas fuentes alimentarias para la salud y la nutrición de los lactantes. La leche de cabra, por ejemplo, es baja en folatos en comparación con la leche humana, y puede provocar anemia megaloblástica.[221]

[221] La anemia megaloblástica se caracteriza por glóbulos rojos muy grandes. Además de que los glóbulos son grandes, su contenido interno no está completamente desarrollado. Las causas más comunes de la anemia megaloblástica son la carencia de vitamina B 12 y ácido fólico, aunque la pérdida de micronutrientes también puede provocarla. La deficiencia moderada puede consistir en hinchazón de la lengua y problemas

Redfern et al. (2014) observaron en el registro arqueológico del Londres romano un proceso de destete gradual, desde los 6 meses hasta los 4 años de edad, y una dieta suplementaria compuesta principalmente por fuentes alimentarias de origen terrestre. Los autores también señalaron diferencias significativas entre las muestras de los distintos yacimientos romano-británicos. En Dorset, la dieta de destete muestra un bajo contenido de recursos marinos, mientras que en Oxfordshire el período de destete se prolongaba un poco más que el promedio y los valores isotópicos reflejan un alto contenido de recursos marinos en la dieta de la población.

Más allá del período de destete, la información sobre la dieta de los niños es escasa. El estudio de Redfern et al. (2017) informó un enriquecimiento de δ13C a medida que aumentaba la edad en los grupos subadultos en el Londres romano. Esto indicaba, según los autores, que al menos una pequeña proporción de la dieta provenía de recursos acuáticos y que la misma mostraba cambios a lo largo de la vida: del consumo de organismos de agua dulce durante la niñez a alimentos de origen marino hacia la adolescencia. No obstante esto, las diferencias entre los patrones dietéticos de los adultos y los de los subadultos fueron explicadas como resultado del estatus social inferior de los niños en la sociedad.[222] En relación a la muestra de Quarto Cappello del Prete, De Angelis et al. (2020) sostuvieron que la lactancia materna se llevó a cabo hasta los 3 años, y luego los niños pronto se alinearon con los patrones dietéticos de los adultos, donde los alimentos suplementarios y de transición sustituyeron progresivamente a la leche materna (la dieta "adulta" incluía principalmente plantas C3 complementadas con proteínas derivadas de la fauna).

Más recientemente, Cocozza et al. (2021) analizaron las estrategias de alimentación infantil en el cementerio romano de Bainesse a través de muestras dentales y proporcionaron información más detallada sobre los recorridos individuales. En líneas generales la lactancia materna exclusiva parecía cesar en torno a los 6 meses de edad, y el proceso de destete se prolongaba en la gran mayoría de los individuos analizados hasta los 4 años. Sin embargo, las dietas posteriores al destete mostraban una mayor variabilidad. Lo más interesante de este estudio es que los autores observaron la evolución de los valores isotópicos de cada individuo por separado hasta los 10 años de vida. También reconocieron un umbral de "supervivencia" en torno a los 7 años de edad para los individuos de Bainesse, en consonancia con las ideas culturales antiguas que describían al 7º año de vida como un año "crítico", con los patrones de mortalidad establecidos para la primera infancia, así como también con sus propios hallazgos en ese yacimiento que sugerían mejoras en la dieta de los niños a partir de los 7 años como consecuencia de la introducción de peces de agua dulce en la dieta (p. 8).

---

neurológicos, incluidas sensaciones peculiares como un hormigueo, mientras que la deficiencia grave puede abarcar características coronarias reducidas y problemas neurológicos más graves (Khajuria & Sehrawat, 2022).

[222] Los autores (2017) concluyeron que: "Nuestro estudio de la dieta desde la infancia hasta la edad adulta en el Londres romano ha descubierto que la dieta cambió a lo largo de la vida, desde el destete antes de los 4 años, pasando por las etapas infantil y juvenil, hasta alcanzar los patrones dietéticos adultos a la edad de 17 años. Los adultos consumían proteínas de animales terrestres y alimentos enriquecidos isotópicamente, como el pescado marino. Las prácticas dietéticas de los adultos parecían haber cambiado en respuesta a la evolución de la fortuna económica y las conexiones comerciales de Londinium" (p. 14).

Ahora bien, estas observaciones basadas en la información extraída de muestras de diversos individuos pertenecientes al mismo sitio requieren de otra capa de interpretación para que resulten relevantes para el estudio de la alimentación y la dieta de las mujeres y los niños en el mundo romano. La gran mayoría de los estudios de isótopos estables sobre poblaciones romanas remiten, sistemáticamente, a la obra seminal de Garnsey *Food and Society in Classical Antiquity* (1999), o a los numerosos artículos sobre el tema en los que figura como coautor (muchos de ellos son analizados aquí). En consecuencia, las explicaciones históricas que sustentan la interpretación de la evidencia isotópica se encuentran determinadas por lo que llamaremos aquí el “argumento del estatus-poder-acceso”.

8.5. La tercera capa: Interpretaciones sociales e históricas. El impacto del argumento del estatus-poder-acceso

Al analizar los datos isotópicos en términos históricos, emergen asociaciones entre el consumo de alimentos y sus significados sociales. En este sentido, valores altos de δ15N son sistemáticamente interpretados como indicativos de consumo de pescado en general y de recursos marinos en particular. Se ha sostenido que el pescado era un alimento de "prestigio", "de lujo", "más caro" y, por tanto, relacionado con un "estatus superior" en el marco de la sociedad romana (Prowse, 2001; Prowse et al., 2005; Craig et al., 2009; Müldner, 2013; Redfern et al., 2017; Martyn et al., 2018; Soncin et al., 2021). Como resultado, las diferencias en los niveles de nitrógeno entre las dietas masculinas y femeninas, cuando las hay, han estado marcadas por esta asociación y han sido interpretadas como evidencia de una diferencia en el estatus social de hombres y mujeres. Algo parecido sucede con las dietas de los niños. Los datos isotópicos para subadultos —excepto para la Britania romana en algunos períodos y lugares, como comentaron Redfern et al. (2018)— arrojan valores bajos de δ13C, lo que es señalado como representativo de una dieta terrestre compuesta por plantas C3 y lácteos (Prowse, 2001; Redfern, 2017). Como podemos observar, las dietas de las mujeres adultas y de los subadultos son consideradas similares entre sí y marcadamente diferentes a las de los varones adultos, sirviendo el superior estatus de estos últimos como factor explicativo.

Existe una correlación directa entre los valores elevados de δ15N y el consumo de recursos marinos (etiquetados como "alimentos de prestigio") en los estudios de isótopos estables para el período romano. Sin embargo, como han demostrado D'Ortenzio et al. (2015), los niveles elevados de nitrógeno también pueden indicar períodos de estrés nutricional intenso, lo que complica aún más su interpretación. Si bien algunos autores reconocen esta posibilidad, las diferencias en los valores de nitrógeno son atribuídas, no obstante, al consumo de recursos marinos y automáticamente asociadas a un estatus elevado. A este respecto, Heinrich et al. (2021) sostuvieron que:

> Los recursos marinos de nivel trófico superior (con un valor δ15N más enriquecido) no siempre representan un consumo de lujo, mientras que los recursos marinos de nivel trófico inferior (con un valor δ15N menos enriquecido) a veces pueden hacerlo. La élite romana apreciaba mucho los mariscos, como los moluscos y especialmente las ostras, que ocupan un lugar bajo en la cadena alimentaria, mientras que los productos pesqueros salados —por ejemplo, elaborados a partir de la caballa, abundante estacionalmente— representarían un nivel trófico superior pero un alimento de estatus inferior. (p. 44)

Por lo tanto, tomar los altos niveles de nitrógeno como prueba de un consumo de alto estatus o de lujo puede resultar engañoso.

En los trabajos aquí considerados los autores sostienen la existencia de una clara diferenciación entre las dietas de los varones adultos, por un lado, y las de las mujeres y los niños, por otro, lo que frecuentemente es explicado a partir del argumento del *estatus-poder-acceso*. Como se ha mencionado en los capítulos anteriores de esta tesis, Peter Garnsey abordó el tema de la alimentación y la nutrición de las mujeres y los niños en el mundo clásico partiendo del supuesto de que la alimentación reflejaba la jerarquía social y cultural. En líneas generales, su argumento sostenía que los miembros masculinos de la sociedad romana gozaban de un mayor estatus y poder que las mujeres y los niños, tanto dentro como fuera del hogar, lo que se traducía en un mayor acceso a los recursos alimenticios y, por lo tanto, en una mejor nutrición. Es decir que el estatus, el poder y el acceso actuaban conjuntamente en favor de los varones y en detrimento de mujeres y niños. Los estudios de isótopos estables que exploran las dietas de ambos grupos han incorporado sistemáticamente este marco interpretativo.

La existencia de una lógica "patriarcal" del poder que regía la distribución de alimentos, sugerida por Garnsey, ha sido recogida y reproducida por los bioarqueólogos. Si bien los autores no ofrecieron definiciones claras respecto de lo que entendían por "acceso a recursos", dado que los estudios de isótopos estables analizan la composición de los huesos para identificar las fuentes alimentarias de los componentes químicos que los conforman, podemos suponer que "acceso a recursos", en este marco, significa "consumo". De esta manera, los valores más altos de nitrógeno en los varones son explicados a partir de su mayor estatus y de un acceso diferencial a alimentos "de prestigio", como los peces marinos (Prowse, 2001; Craig et al., 2005).[223] Es interesante observar que, incluso cuando se revelan niveles altos de nitrógeno en muestras femeninas —lo que, siguiendo las interpretaciones de

[223] Müldner (2013) consideró esta asociación entre los varones y su mayor estatus-poder-acceso a "alimentos de prestigio" como un indicador de la influencia cultural romana en la Britania romana. Aunque no directamente relacionado con la dieta, el trabajo de Redfern y De Witte (2011) exploró la relación entre estatus y riesgo de mortalidad en poblaciones británicas posteriores a la conquista. Los resultados mostraron que el proceso de romanización en Britania tuvo importantes repercusiones biológicas, afectando negativamente a la salud en todos los grupos de edad y en ambos sexos, pero especialmente en subadultos y adultos varones.

los bioarqueólogos, apuntaría al consumo de alimentos de prestigio—, éstos no son explicados en detalle, sino que aparecen como excepciones al cuadro general (Prowse, 2001; Prowse et al., 2005).

Las diferencias ocupacionales también han sido referidas en algunos estudios, en conexión con el argumento del *estatus-poder-acceso*. Martyn et al. (2018) refirieron a la ocupación, la distribución del poder y a “otros factores sociales" de la siguiente manera:

> Es razonable suponer que la ocupación es una variable clave que determina estas diferencias dietéticas relacionadas con el sexo. Los hombres tenían acceso primario a los alimentos marinos en la medida en que la pesca y el comercio de productos pesqueros eran actividades dominadas por los hombres. En general, la distribución desigual del poder, que en una sociedad tradicional recaía en los hombres, y otros factores sociales, habrían desempeñado un papel a la hora de permitir o restringir el acceso al pescado, tanto dentro de las familias de los pescadores como en la comunidad en general (Garnsey, 1999). (p. 1027).

En el estudio realizado por Soncin et al. (2021) sobre las muestras de Herculano, las explicaciones de los valores isotópicos de varones y mujeres fueron asociadas al mayor acceso de los primeros a los recursos marinos y a su posición privilegiada en la sociedad (véase la sección 8.4). Es preciso señalar que, aún cuando las dietas de las mujeres son consideradas como diferentes de las de los varones, jamás se las relaciona con sus posibles ocupaciones. No obstante, si tomamos en consideración las referencias en las fuentes antiguas que situaban a las mujeres en el contexto doméstico, trabajando en el *hortus* y a cargo de los animales de granja (véase el capítulo 6), no resulta extraño que los registros isotópicos evidencien una la dieta basada en legumbres, frutos secos, carne, huevos y lácteos producidos o recolectados localmente para la población femenina.

Otro aspecto en conexión con el argumento del *estatus-poder-acceso* en los estudios bioarqueológicos son los procesos fisiológicos de mujeres y niños. En los estudios de isótopos estables referencias a autores médicos (y no médicos) de la antigüedad pretenden proporcionar un marco explicativo para dar sentido a las prácticas de lactancia y destete que se desprenden de los análisis. Los investigadores señalan las sugerencias de Sorano, Galeno y Oribasio respecto de la retención del calostro, el uso de nodrizas, la prolongación de la lactancia materna exclusiva y los tipos de alimentos utilizados como suplementos a lo largo del proceso de destete. No obstante, aunque las opiniones de estos autores diferían en varios aspectos, el discurso médico es presentado como una visión unificada que se imponía sobre los cuerpos de mujeres y niños. Aún más, los relatos de los autores médicos son interpretados como representativos de prácticas reales, sin considerar las posibles distancias entre los discursos y la realidad. Las observaciones formuladas primero por Dupras et al. (2005) y más tarde por Bourbou et al. (2013) sobre el potencial peligro para la salud y la nutrición de la inclusión de leche de cabra y miel en la dieta de destete, sugerida por Sorano, resultan muy interesantes, ya que esto podría proporcionar algunas bases para entender las evidencias de estrés fisiológico en las muestras de subadultos.

Al hablar de las necesidades nutricionales de las mujeres, también se hace referencia a autores médicos siguiendo el argumento del *estatus-poder-acceso*. Prowse (2001) afirmó que:

> Los médicos consideraban prudente restringir el consumo de alimentos de las mujeres y, para mantener el equilibrio adecuado de los "humores" corporales, se les recomendaba evitar los alimentos "fríos y húmedos", como la anguila, el esturión, el rodaballo, los pescados de río y las carnes grasas (entre otros). (p. 216)

Es interesante notar que, aunque esta información contribuye a justificar las diferencias en la información isotópica de hombres y mujeres observada por la autora, no es explorada en detalle al momento de comparar los valores isotópicos excepcionales de las mujeres del grupo de edad de 15 a 30 años con el grupo de hombres de más de 45 años en Isola Sacra, referido anteriormente.

Las recomendaciones de los autores médicos antiguos deben ser tomadas con cautela. Antes que evidencias de prácticas reales o de adhesión social a sus principios teóricos, deben contextualizarse adecuadamente como discursos producidos por una élite cultural masculina con una intención más prescriptiva que práctica (como hemos argumentado en el capítulo 5). Los historiadores suelen entender las recomendaciones médicas como "prohibiciones" o "restricciones culturales". En consecuencia, los consumos alimentarios femeninos son interpretados como el resultado del ejercicio del poder masculino sobre las elecciones y prácticas alimentarias de las mujeres. Y aunque esto puede contribuir a iluminar la articulación entre los discursos sociales y médicos imperantes, borra por completo la agencia de las mujeres en cuanto a sus decisiones alimentarias y a su nutrición.

Más recientemente, Martyn y sus colegas (2018) consideraron los requisitos fisiológicos de las mujeres junto con cuestiones de estatus y acceso a los recursos. Sin embargo, su interpretación sólo tuvo en cuenta los requisitos calóricos de los hombres (mayores que los de las mujeres), con el supuesto añadido de que ellos realizaban “trabajos duros”. Como hemos observado en el capítulo 6, la invisibilidad del trabajo femenino, y en particular del trabajo de las mujeres en relación con el cultivo, la cocina, la preparación y la venta de alimentos, como también la falta de conocimiento sobre las necesidades fisiológicas específicas de las mujeres a lo largo de las diferentes etapas de su vida —exploradas en el capítulo 2— han contribuido en gran medida a crear una visión estática y monolítica de las mujeres en el mundo romano.

8.6. Conclusiones

Como hemos demostrado, el argumento del *estatus-poder-acceso* sigue siendo el recurso utilizado para explicar cualquier diferencia de sexo o edad observada en el registro isotópico. Sin embargo, esta imagen, que entiende a la alimentación de mujeres y niños como sujeta a su estatus social inferior, obstaculiza cualquier lectura alternativa de la evidencia isotópica. En lugar de intentar dar

sentido o evaluar si los datos isotópicos "concuerdan" con las fuentes escritas, resulta interesante explorar la información que surge de estos estudios y que entra en conflicto con las nociones heredadas del relato histórico predominante.

Lo que parece faltar, en principio, es una revisión de los modelos y de los supuestos subyacentes, como también la incorporación de formas más complejas, dinámicas y alternativas de pensar en estos grupos en el contexto del mundo romano. Un enfoque interseccional que explore la convergencia de las múltiples dimensiones de las vidas de mujeres y niños resulta esencial para habilitar nuevas formas de entender sus conexiones con la alimentación y la dieta.[224] Esto, claro está, debería ir acompañado de las herramientas metodológicas y analíticas de la arqueología social y de género y del enfoque del curso de vida para lograr superar las limitaciones actuales de los estudios analizados en este capítulo.

Los estudios isotópicos sobre alimentación y dieta también pueden beneficiarse enormemente si se tienen en cuenta las necesidades fisiológicas específicas de las mujeres y los niños, en lugar de centrarse en su comparación con las de los hombres. Al igual que se hace actualmente con la lactancia y el destete, el interés por las relaciones nutricionales madre-hijo durante la concepción, el embarazo y el parto, así como también también por los ciclos y procesos normales de la mujer más allá de la crianza, puede contribuir a explicar más acabadamente los cambios en los patrones dietéticos en distintos momentos de sus vidas.

Por último, los estudios de isótopos estables proporcionan información novedosa sobre las dietas de las sociedades del pasado, pero es importante contextualizar esta información fragmentaria sobre el consumo de alimentos en el marco de una definición integral de la nutrición, que dé cuenta de las múltiples formas en que los seres humanos interactúan entre sí y con el medio ambiente. A lo largo de los capítulos previos hemos intentado ofrecer tal marco, y esperamos que resulte enriquecedor para el debate y útil para su aplicación en el contexto de trabajos colaborativos interdisciplinares en el futuro.

[224] Un intento de incluir la interseccionalidad en la bioarqueología ha sido avanzado por Avery, Prowse y Brickley (2017) en un estudio relativo a las diferencias basadas en el sexo y el estatus en la Winchester romana.

Resumen y conclusiones: Las tres dimensiones de la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano.

La alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano debe ser reinterpretada y reconstruida a la luz de nuevos paradigmas, replanteando los supuestos y sesgos que tradicionalmente han sido reproducidos sin ser cuestionados. Las dimensiones biológica, sociocultural y ambiental que integran la definición de nutrición propuesta en esta tesis han ofrecido un marco teórico tridimensional integral para analizar la alimentación humana desde una nueva perspectiva. Las tres dimensiones descritas en los capítulos 2, 3 y 4 han servido como base para la reinterpretación de las fuentes antiguas, desarrollada en los capítulos 5, 6, 7 y 8.

Dentro de este marco, adaptado a los efectos de formular una reflexión histórica, y con la ayuda de las herramientas metodológicas planteadas por los estudios de género, feministas y medioambientales, una relectura de las fuentes antiguas relacionadas con estos temas ha sido posible.

A lo largo de los capítulos hemos han analizado, cuestionado y reinterpretado los principales conceptos que han moldeado las ideas predominantes en la actualidad sobre la alimentación de mujeres y niños en el mundo romano, de acuerdo con la perspectiva que hemos adoptado y las herramientas que mejor se adaptaron a nuestras inquietudes respecto del tema. Los siguientes apartados se dedican a resumir las posibles interconexiones entre el marco teórico propuesto y el análisis de las fuentes utilizando las tres dimensiones como guía. Finalmente, concluimos esta disertación aportando una visión alternativa a la de Garnsey sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en la Antigüedad que, esperamos, pueda enriquecer futuros estudios interdisciplinares sobre el tema.

La visión predominante

El estado de la cuestión expuesto en el capítulo 1 nos ha permitido analizar los discursos prevalecientes en la actualidad sobre la alimentación de mujeres y niños romanos en el marco más amplio de las ideas disponibles sobre el tema. Los estudios sobre la alimentación en la Antigüedad clásica suelen referirse a una "dieta romana", en la que la atención se centra en los elementos básicos. En cuanto a la nutrición, estas interpretaciones incluyen ideas comúnmente compartidas —por ejemplo los requisitos de algunos componentes de los alimentos, como las calorías y las proteínas, o referencias selectivas respecto de las diferentes necesidades de micronutrientes de mujeres y hombres—, pero no ofrecen ninguna definición de nutrición. Las nociones sobre nutrición que aparecen en los estudios históricos actuales pueden relacionarse con el desarrollo de la ciencia

de la nutrición a lo largo de la mayor parte del siglo XX, centrada en la cuantificación de los componentes conocidos de los alimentos y en la definición de cantidades necesarias por día de dichos componentes. Estas perspectivas han sido calificadas como "reduccionistas", puesto que se centran principalmente en números definidos de componentes alimentarios, pero no aclaran cómo esas necesidades pueden satisfacerse mediante el consumo de alimentos. Además, las ciencias biomédicas han definido a un *paciente masculino estándar* como punto de referencia y, en consecuencia, las cifras actuales sobre las necesidades nutricionales de las mujeres y los niños se basan en suposiciones relativas a las variaciones de dichas necesidades en función del sexo y la edad. Otro aspecto que ha contribuido en gran medida a las posturas actuales sobre la nutrición de mujeres y niños es la imagen que prevalece respecto de la sociedad romana. La noción de que estaba organizada jerárquicamente, con marcadas diferencias sociales, y de que su contexto jurídico, cultural y económico contribuía a la subyugación de varios grupos, entre ellos las mujeres y los niños, ha moldeado en gran medida los relatos históricos dominantes. Además, el reconocimiento de la exclusión femenina de la política, la imposición legal de una tutela masculina y el poder otorgado al *pater* sobre toda la *familia* en la antigüedad romana han constituido en centro de atención y han dado lugar a la calificación de la sociedad romana como "patriarcal". Al mismo tiempo, los análisis económicos interpretan el trabajo de forma restrictiva; la atención se centra en el trabajo agrícola y esclavo realizado mayoritariamente por varones, incluyendo sólo marginalmente a mujeres y niños. En este contexto, la contribución económica del trabajo doméstico y reproductivo ha sido ignorada o se ha dado por sentada. La imagen resultante y la interpretación predominante de la nutrición de las mujeres y los niños distan mucho de ser optimistas. A pesar de la aparición de nuevos marcos para el análisis de las fuentes antiguas, estas ideas comúnmente aceptadas siguen siendo operativas.

Todos estos elementos están presentes en la visión de Garnsey. Como se ha analizado a lo largo de los capítulos, el autor presenta a las mujeres y los niños como seres pasivos, vulnerables e impotentes, donde la naturaleza patriarcal de la sociedad romana es el único factor explicativo. Interpreta que la combinación de su inferior estatus legal y social y su reconocimiento como productoras sólo en términos de sus actividades reproductivas determinaba su acceso a los alimentos. Afirma que ambos grupos recibían una parte menor de los recursos alimentarios, lo que se traducía en una nutrición inadecuada y, en última instancia, en malnutrición. En definitiva, esta visión pesimista sobre la nutrición de las mujeres y los niños surge de la simple aceptación de la explicación de que todos los aspectos de sus vidas, incluida la nutrición, se veían afectados por su condición jurídica y social.

Esta explicación no hace justicia ni a las complejidades de la nutrición ni a la relevancia de la contribución y de las acciones de las mujeres y los niños en relación con la alimentación. Además, la imagen de mujeres y niños como actores pasivos, determinados por su posición social inferior y sin ningún poder sobre los recursos alimentarios o el acceso a ellos, no se condice con lo que se desprende de la lectura de las fuentes escritas antiguas. Sin embargo, es muy difícil dar sentido a las

nuevas imágenes que han aparecido, sobre todo porque parte de esta información no encaja en el cuadro de los relatos históricos tradicionales heredados.

A lo largo de los capítulos de esta tesis, hemos articulado un marco alternativo para repensar la alimentación y la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano tomando elementos de diferentes teorías y disciplinas. La definición tridimensional de la nutrición propuesta por la New Nutrition Science ha ofrecido una perspectiva interesante, que permitió incorporar las dimensiones social y medioambiental al enfoque habitual centrado en la dimensión biológica. De este modo, ha sido posible eludir las definiciones sesgadas de las necesidades nutricionales para apreciar una visión integral de la nutrición humana. Sin embargo, puesto que esta definición concreta ha sido pensada para reflexionar sobre la nutrición en la actualidad, fue necesario adaptar el marco conceptual de la definición tridimensional para formular una reflexión histórica sobre la nutrición, ofreciendo información complementaria que permitiera comprender el funcionamiento de los distintos aspectos de estas tres dimensiones en el contexto del mundo romano. Las herramientas metodológicas de los estudios de género, a su vez, permitieron una relectura de los antiguos tratados de medicina y agricultura teniendo en cuenta que eran el producto cultural de una élite masculina, y por lo tanto ideológicamente cargados. Además, las críticas del feminismo marxista a la teoría de la reproducción contribuyeron a revalorizar la relevancia económica y material del trabajo doméstico, de mantenimiento, reproductivo y de cuidados en las descripciones del trabajo femenino en el hogar romano ofrecidas por los agrónomos latinos. Por último, el análisis de las múltiples relaciones entre los seres humanos y el entorno natural a través del concepto del *continuo alimento-medicina* nos ha permitido interpretar las ideas antiguas sobre la alimentación en el marco más amplio de las interacciones humanas con la naturaleza a los efectos de asegurar la nutrición y la salud.

Aunque el capítulo 8 no se encuentra directamente relacionado con ninguna de las tres dimensiones, mereció la pena analizar la información novedosa que aportan los estudios de isótopos estables sobre los habitantes reales del mundo romano, considerando sus potencialidades y dificultades en el marco del estudio de las mujeres y los niños. Se ha observado que, aunque estos estudios pueden contribuir a reconstruir, en cierta medida, las fuentes alimentarias implicadas en la formación de los tejidos humanos, la imagen resultante no resulta clara. Además, puesto que la interpretación de los datos isotópicos se encuentra muy influenciada por las perspectivas tradicionales, en última instancia contribuyen a reforzar las narrativas de los relatos históricos predominantes.

Basándonos en lo anterior, resulta ahora necesario integrar los contenidos de los capítulos teóricos con las conclusiones que se desprenden del análisis de las fuentes escritas.

La dimensión biológica

Fisiología y nutrición de mujeres y niños

En el capítulo 5 hemos analizado el discurso médico romano sobre alimentación, nutrición, mujeres y niños en las obras de Sorano, Celso y Galeno. El objetivo era trascender las ideas predominantes sobre el discurso médico en los estudios actuales sobre la alimentación en la Antigüedad, que lo presentan como una visión coherente y unificada. Aunque se pueden hacer generalizaciones sobre el discurso médico romano, hay que tener en cuenta que los autores médicos pertenecían a distintos grupos que entendían al cuerpo humano y a la salud desde perspectivas diferentes. No obstante, existía un terreno común en el que todas las autoridades coincidían, en sintonía con ideas socialmente compartidas. Una de ellas era la particular economía nutricional del cuerpo femenino.

La sangre menstrual resultante de la específica economía nutricional femenina permitía la creación de nueva vida y la nutrición del feto durante el embarazo. Se creía que el cuerpo femenino guardaba el material sobrante de la nutrición, que se acumulaba en el útero en forma de sangre. Si se producía la concepción, esta sangre servía de nutrición para el embrión y, en consecuencia, se alteraban los procesos digestivos de la mujer. Siguiendo esta línea, el cuerpo materno debía gestionar los alimentos que ingería para asegurar su propia nutrición y la del feto. Tras el parto, el material sobrante, es decir, la sangre menstrual, que había nutrido al feto, se transformaba en leche y era segregado a través de los pechos. La leche materna era considerada una fuente natural y adecuada de nutrición para el bebé. Sin embargo, ideas respecto de la fortaleza del recién nacido y el estado físico de la madre tras el parto llevaron a Sorano a desaconsejar la alimentación del bebé con el calostro y a recurrir a una fuente alternativa de leche materna en determinados casos, para que la madre recuperara la salud. La conexión nutricional entre la mujer y el niño durante la lactancia y las prácticas habituales de amamantamiento (en particular el empleo de nodrizas, lo que implicaba una fuente de nutrición externa a la familia sanguínea del bebé) despertaron el interés de los autores médicos que analizaron los beneficios y los posibles peligros de esta relación. Las conexiones nutricionales entre la madre/nodriza y el feto/bebé llegaban a su fin cuando el bebé empezaba a introducir en su dieta los alimentos disponibles en su entorno cultural y natural. Existen pocas referencias en los tratados médicos a la alimentación y nutrición durante la niñez: algunas afecciones de salud específicas que se creía que eran comunes de ese período y que podían estar relacionadas con las prácticas alimentarias eran las tenias, las aftas, los flujos intestinales, el prolapso del ano y los dolores asociados a procesos fisiológicos normales como la dentición.

El material sobrante que se acumulaba en el útero como resultado de la nutrición normal, si no era utilizado para nutrir el semen masculino, era expulsado. Este acontecimiento (la menstruación) se consideraba una purgación necesaria del útero. La ausencia del sangrado menstrual se interpretaba como un signo de mala salud y tanto los autores médicos como los no médicos proporcionaban tratamientos para su regularización.

Los autores médicos romanos observaron cambios en los cuerpos femeninos en la vejez que se atribuían a la finalización del período fértil, evidenciado por la desaparición normal del sangrado

menstrual. Esto conllevaba cambios en la capacidad del cuerpo para soportar el hambre y dolencias como también problemas articulares y prolapso del útero. Aunque las causas de estos acontecimientos no se comprendían del todo, los cambios en las necesidades nutricionales y en el funcionamiento del cuerpo femenino en esta etapa estaban claramente establecidos.

Para contrarrestar el peso de las ideas comúnmente reproducidas respecto de las interconexiones entre la fisiología de la mujer y del niño con la nutrición, en el capítulo 2 hemos descrito detalladamente los conocimientos actuales de las ciencias biomédicas sobre los procesos implicados en todas las etapas de la vida de mujeres y niños. Se espera que este relato exhaustivo y actualizado sirva de referencia para futuras reflexiones sobre este tema. Nuestra intención ha sido destacar la *indefinición* de las explicaciones biomédicas, dado que nueva información y perspectivas novedosas cambian nuestra comprensión de la nutrición y ayudan a delinear mejores intervenciones médicas. Las variaciones en las necesidades nutricionales a lo largo de los distintos ciclos vitales de las mujeres y los niños son los elementos más importantes que pueden extraerse de esta sección. Otros aspectos clave a tener en cuenta son el funcionamiento regular del organismo femenino, que se prepara para un eventual embarazo, la *plasticidad* del cuerpo materno que puede sostener un embarazo a través de un amplio espectro de condiciones nutricionales, y la existencia de mecanismos de amortiguación entre las biologías materna y fetal durante el embarazo, y de la madre y el lactante durante el amamantamiento. La nutrición de los niños durante la infancia se ve afectada principalmente por la provisión de los nutrientes necesarios para mantener un crecimiento rápido y, en este sentido, la leche materna es considerada la mejor y más adecuada fuente de nutrición. El período de destete es reconocido actualmente como un hito nutricional importante, ya que desaparece la función protectora de la leche materna y el niño es introducido lentamente a los alimentos de su contexto cultural. En esta etapa, los peligros de consumir alimentos contaminados son las principales preocupaciones médicas y nutricionales.

Teniendo en cuenta la información de las ciencias biomédicas actuales descrita en el capítulo 2, podemos establecer algunos paralelismos interesantes entre los conocimientos médicos actuales y antiguos sobre la relación que vincula la fisiología de las mujeres y los niños con la nutrición. La edad de la menarquia —o pubertad — en el mundo romano se estableció en torno a los 14 años. El adelanto de la edad de la menarquía en las poblaciones occidentales modernas se explica en términos de mejoras en la nutrición, ya que se presupone que las niñas llegan antes al umbral crítico de peso corporal de 46-47 kg. Sin embargo, no es sólo el peso lo que determina el inicio de la menstruación, sino también la proporción entre el peso corporal magro y la grasa y la acción de la proteína leptina. En época romana, la primera descarga menstrual y la transformación corporal asociada, es decir, el crecimiento del vello púbico y corporal y el aumento de las mamas, se interpretaban como los signos externos de procesos internos más *oscuros* que señalaban el inicio del funcionamiento de la peculiar economía nutricional femenina. Esto marcaba la capacidad de la mujer para concebir. Soranо observó que si el útero materno no estaba completamente desarrollado, el feto podría sufrir atrofia o el parto podría ser difícil y como consecuencia peligroso para ambos. No

obstante, siguiendo su razonamiento, la menarquía era un signo de madurez del útero y significaba que el cuerpo estaba en condiciones de concebir. Como sabemos ahora, luego de la menarquía existe un período de subfecundidad adolescente. En consecuencia, los embarazos en la adolescencia en época romana pueden haber derivado en embarazos fallidos o difíciles, dado que el sistema reproductivo de las jóvenes no estaba aún maduro.

La idea de que la sangre menstrual constituía el material sobrante de la nutrición y el alimento para el embrión puede relacionarse con la distribución diferencial de la grasa corporal en los cuerpos femeninos observada en la investigación biomédica actual, y con el engrosamiento del revestimiento endometrial que sirve de fuente de nutrición para los procesos metabólicos necesarios para el desarrollo del óvulo fecundado hasta convertirse en embrión y, más tarde, en feto. Aunque en la época romana se desconocía la existencia de las hormonas y las múltiples acciones de los estrógenos y la progesterona sobre el organismo femenino, la ausencia del sangrado menstrual era correctamente interpretada como un signo de alteraciones internas de los procesos fisiológicos normales y se lo trataba mediante la dieta y la provisión de medicamentos. En efecto, la nutrición está estrechamente relacionada con el adecuado desarrollo de los procesos hormonales y metabólicos necesarios en el cuerpo femenino. Por lo tanto, el tratamiento de las irregularidades o la ausencia de menstruación a través de la dieta tiene sentido.

La alteración de la digestión en el embarazo y los vínculos nutricionales entre las biologías materna y fetal mencionados en el discurso médico romano también pueden explicarse, en cierta medida, a través de los conocimientos biomédicos actuales. Se ha señalado que, una vez implantado el óvulo fecundado, la acción de las hormonas puede provocar náuseas y vómitos. Sorano observó que la digestión normal se veía alterada en las primeras fases del embarazo. La pica (es decir, la apetencia de artículos no alimentarios), identificada por el médico como un peligro potencial para la salud de la madre, es interpretada actualmente como un signo de carencias de hierro, zinc y calcio. Sorano recomendaba a la embarazada evitar el consumo de sustancias peligrosas y ayunar o comer alimentos fáciles de digerir, como los huevos pasados por agua, los cuales son ricos en nutrientes esenciales beneficiosos para la madre y también para la salud del feto, como se ha explicado en el capítulo 7.

Sorano también sugirió la existencia de una conexión nutricional entre la madre y el feto al comentar que el vino bebido por la mujer embarazada no afectaba al feto con toda su potencia, ya que era el cuerpo de la madre el que lo procesaba. Por el contrario, después del parto, los *vires* del vino bebido por la nodriza y transmitidos al lactante a través de la leche materna podían ser perjudiciales, ya que el niño no era aún lo suficientemente fuerte como para tolerarlos. Así pues, se creía que los vínculos nutricionales establecidos entre la madre y el feto/bebé durante el embarazo y después en la lactancia eran diferentes. El modelo de amortiguación nutricional materna señala los complejos procesos dinámicos que intervienen en la nutrición fetal. Durante las primeras semanas del embarazo, mientras tiene lugar la organogénesis, el embrión se nutre directamente de las glándulas

endometriales. En torno a las semanas 10-12, la placenta está completamente formada y sirve como amortiguador entre las biologías materna y fetal. Una de las funciones de la placenta es actuar como un sensor de nutrientes que interpreta las demandas fetales y responde a los suministros maternos. El análisis del modelo de amortiguación nutricional materna pone de manifiesto que, en contra de lo que se suele afirmar respecto a los vínculos entre la nutrición de la mujer y la del niño, el estado nutricional y la dieta de la madre durante el embarazo no afectan directamente a la nutrición del feto. Existen varios mecanismos para regular el intercambio de nutrientes a través de la placenta, que permiten que los embarazos lleguen a término aunque la nutrición de la madre no sea la ideal. Como se ha dicho, el modelo de amortiguación nutricional materna revela que las fuentes de macro y micronutrientes para la nutrición fetal siguen vías diferentes. Además, el estado nutricional de la madre *previo* al embarazo es clave para el aporte de los nutrientes necesarios para los procesos fundamentales implicados en la organogénesis durante las primeras semanas de gestación, cuando la placenta aún no se ha formado. Una vez establecida, la placenta regula el intercambio entre las biologías materna y fetal. En ese momento, es fundamental un aporte adecuado de micronutrientes, ya que el organismo materno dispone de reservas limitadas.

Según el pensamiento médico romano, la sangre que servía de alimento al embrión durante el embarazo se transformaba posteriormente en leche materna para nutrir al bebé durante la lactancia. Según se sugería, el cuerpo materno protegía al feto del efecto directo de los poderes (*vires*) de alimentos y bebidas durante el embarazo, mientras que, tras nacer, el cuerpo del bebé necesitaba enfrentarse por sí mismo a las influencias externas. Así pues, el vínculo nutricional entre la madre y el bebé continuaba durante la lactancia, pero de forma diferente que durante el embarazo. La leche materna se consideraba una fuente de nutrición y, al mismo tiempo, un vehículo de salud y enfermedad. Se pensaba que los alimentos consumidos por la mujer lactante afectaban a la salud del bebé, ya fuera de forma beneficiosa o perjudicial. Además, tanto Sorano como Plinio mencionaron la posibilidad de tratar y curar las afecciones de salud de los bebés mediante intervenciones en la dieta de su nodriza y a través de la preparación de medicamentos y de su transmisión a través de la leche. A la inversa, las enfermedades de la mujer lactante también podían transmitirse al bebé, como muestra el pasaje de Galeno sobre los efectos de la leche de enfermeras con úlceras en el cuerpo en el bebé que amamantaban. Los estudios actuales sobre la lactancia hacen hincapié en los beneficios de practicar la lactancia materna exclusiva durante al menos los seis primeros meses de vida. La teoría de la programación nutricional sostiene que la leche materna es una rica fuente de componentes nutricionales e inmunológicos clave para la vida futura del bebé. Hoy en día, las necesidades nutricionales del lactante se miden en relación con la concentración de nutrientes en la leche materna. Esto significa que no sabemos con precisión qué cantidad de cada nutriente necesita el organismo del lactante; a pesar de ello, la lactancia materna sigue considerándose la fuente paradigmática de nutrición infantil. Como podemos observar, aunque es cierto que durante el embarazo y la lactancia las biologías materna y fetal/infantil están entrelazadas, este vínculo no es directo.

Más allá de la infancia, apenas encontramos referencias en los tratados médicos romanos respecto de la alimentación en la niñez. La pubertad ha sido mencionada, puesto que definía el final de la etapa de transición de la infancia y determinaba, al menos para las niñas, el inicio de los mecanismos que regulaban la particular economía nutricional de los cuerpos femeninos.

Dieta, nutrición y salud

La segunda sección del capítulo 2 replantea la nutrición femenina en el contexto más amplio de la salud y la enfermedad. La reflexión sobre el peso de la definición de un cuerpo estándar masculino en las ciencias biomédicas contribuye en poner de relieve el modo en que las nociones resultantes que operan en el discurso biomédico actual pasan por alto los ciclos fisiológicos particulares y cambiantes de las mujeres y los niños y sus requisitos nutricionales asociados.

Aunque no existía una definición unificada o coherente de la nutrición en el discurso médico romano, los autores ofrecieron algunas ideas respecto de la gestión de los alimentos por parte de los cuerpos humanos. Resulta sorprendente que Galeno explicara los procesos internos implicados en la nutrición a través de referencias al funcionamiento del órgano femenino por excelencia: el útero. Esto significa que el pensamiento médico romano entendía la nutrición en términos similares a los procesos de generación, gestación y parto, es decir, como la transformación de la materia para la continuación de la vida.

Los autores romanos reconocían la influencia tanto de los poderes de los alimentos como del cuerpo en los procesos de digestión y nutrición. Aunque en las narraciones médicas romanas el cuerpo masculino adulto era la referencia, las ideas sobre las interacciones entre el cuerpo y los alimentos no concebían el sexo o la edad como variables principales. En cambio, se tenían en cuenta también la localización, las estaciones del año y la fortaleza del paciente. En este sentido, en las fuentes no se sugería ninguna dieta específica para mujeres o niños. Además, se hacía hincapié en que existían ideas generales sobre las interacciones entre el organismo y los alimentos, pero que tanto el criterio del paciente como el enfoque terapéutico del médico debían adaptarse a las circunstancias particulares de cada persona.

Aunque los autores médicos antiguos no comprendían del todo los procesos nutricionales que tenían lugar durante el embarazo y la lactancia, las preocupaciones nutricionales parecían subyacer a sus ideas sobre la interacción entre el cuerpo y los alimentos en esas etapas. Las observaciones y sugerencias de Sorano pueden interpretarse como recomendaciones para garantizar la nutrición tanto de la mujer como del feto/bebé. Los huevos, la carne, los cereales, las verduras, el pescado, los encurtidos y las conservas, entre otros alimentos, eran sugeridos para acompañar el embarazo puesto que se pensaba que eran fáciles de digerir y que proporcionaban suficiente sustento para apoyar los procesos internos de la madre al tiempo que garantizaban el crecimiento del feto. Del mismo modo, las recomendaciones actuales sobre una "dieta segura" para el embarazo incluyen un alto consumo de verduras y frutas, hidratos de carbono de alta calidad (cereales integrales), proteínas

procedentes de legumbres y carnes magras, grasas saludables procedentes de frutos secos y semillas, y pescado y otras fuentes de ácidos grasos esenciales. Se cree que el consumo de frutas y verduras en cantidades adecuadas influye en la transmisión de bacterias intestinales beneficiosas de la madre al niño, lo que se asocia con la prevención de enfermedades inflamatorias y pulmonares. Así pues, las recomendaciones dietéticas de Sorano con coherentes con las ideas actuales sobre la dieta adecuada para las embarazadas.

El parto implica la expulsión tanto del bebé como de la placenta, que sirve de interfaz nutricional entre las biologías materna y fetal durante el embarazo. Tras el parto, la lactancia marca el inicio de un nuevo tipo de vínculo nutricional entre la fuente de leche materna (ya sea la madre o la nodriza) y el recién nacido. La práctica de la retención del calostro, como sugería Sorano, ha sido interpretada en los estudios históricos actuales como una práctica que contribuía a mermar la salud y el estado nutricional de los niños en la Antigüedad. Sin embargo, tanto el discurso médico antiguo como el moderno refieren a la leche materna como la fuente adecuada de nutrición para el recién nacido. Los estudios de isótopos estables, analizados en el capítulo 8, han evidenciado la práctica de la lactancia materna exclusiva durante un amplio período en distintas zonas del mundo romano. Por lo tanto, aunque se creía que el calostro era difícil de digerir por el organismo aún inmaduro del bebé, no sabemos hasta qué punto se siguió esta práctica.

La noción moderna de una díada madre-bebé en la que ambos cooperan en la lactancia puede estar relacionada con la conexión nutricional entre la nodriza y el bebé en la exposición de Sorano. Las recomendaciones dietéticas actuales para las mujeres lactantes apuntan a garantizar una producción de leche suficiente que provea los nutrientes y las mayores demandas de calorías y nutrientes esenciales del bebé durante la infancia. En ellas se incluyen verduras verdes y feculentas, frutas, granos de cereales, productos lácteos y fuentes de alimentos proteicos de origen vegetal y animal. En su descripción Sorano destacó los alimentos de fácil digestión: gachas, huevos y pan, seguidos de pescado y carne, que eran introducidos gradualmente en la dieta de la mujer tras el parto.

La leche materna se consideraba —y se considera— mucho más que una fuente de nutrición. Sorano mencionaba que la dieta de la nodriza debía ajustarse al estado de salud del bebé, y Plinio recomendaba administrar medicamentos a través de la leche materna. En la actualidad, se hace hincapié en la relevancia de la acción inmunológica de la leche materna para el bebé y se recomienda encarecidamente la lactancia materna exclusiva en los primeros meses de vida. No obstante, tanto hoy como en el pasado, prácticas socioculturales y factores ambientales pueden dificultar la lactancia. Se han practicado diversos tipos de intervenciones terapéuticas, y algunas de ellas siguen vigentes, como el uso de galactogogos naturales. Aunque el discurso médico dominante se muestra escéptico respecto de estas prácticas, otras corrientes exploran la eficacia y las potencialidades de las medicinas naturales de uso tradicional para mejorar la producción de leche. Además de las aportaciones de los autores médicos, la importancia de asegurar la producción de leche materna en la época romana puede deducirse de las múltiples referencias a sustancias y remedios naturales que

menciona Plinio. La principal diferencia en la nutrición infantil entre la época moderna y la antigua es el recurso en la práctica médica actual a la leche de fórmula como sustituto de la leche materna en lugar de al empleo de madres de leche y al consumo de leche de otros animales.

Todas estas explicaciones médicas sobre las conexiones entre la alimentación y la nutrición femenina e infantil se enmarcaban dentro del objetivo principal del arte médico, es decir, la consecución de la salud. En este contexto, la salud significaba que el cuerpo funcionaba *de acuerdo con la naturaleza* y la alimentación se consideraba un factor clave para que eso fuera así, mientras que la intervención médica estaba disponible cuando no lo era. Apelando a la naturaleza, los autores médicos definían los estados *normales* y *anormales* del cuerpo. La particular economía nutricional de las mujeres, que administraba los alimentos de un modo peculiar para generar un excedente con el que alimentar al embrión, y la transformación de esa sangre en leche tras el parto se entendían como *de acuerdo con la naturaleza*. Los ajustes en las dietas de las mujeres lactantes eran fundamentales, ya que representaban cambios en el funcionamiento de sus cuerpos —y de los de los fetos/bebés—. Sostenemos aquí que las referencias médicas romanas a las necesidades cambiantes de las mujeres y los niños a lo largo de sus ciclos vitales y las sugerencias dietéticas tenían como objetivo acompañar los cambios normales a lo largo de estas etapas, contrariamente a las opiniones que las interpretan como medidas para controlar el cuerpo de las mujeres y su consumo de alimentos.

Imágenes antiguas y modernas sobre fisiología y nutrición de mujeres y niños

Las interpretaciones actuales sobre la nutrición de mujeres y niños en el mundo romano se basan en cifras proporcionadas por organizaciones internacionales interesadas en la nutrición. Sorprendentemente, los relatos de estas organizaciones se corresponden con las ideas operativas sobre la nutrición de ambos grupos en los relatos históricos. La prevalencia de la malnutrición y la vulnerabilidad de ambos grupos se reconocen como características de épocas pasadas y presentes. Al mismo tiempo, se afirma que las mujeres están en una posición clave para reducir la malnutrición, dado que son las encargadas de cultivar, comprar y preparar los alimentos y debido a su capacidad reproductiva. La contradicción entre la supuesta vulnerabilidad e impotencia de las mujeres y el papel central que desempeñan en la gestión de los alimentos en sus hogares en las narrativas de las organizaciones internacionales es también una característica de las explicaciones históricas. Como se ha sugerido, las visiones actuales moldean en gran medida las interpretaciones históricas sobre este tema, de allí que la prevalencia de la malnutrición entre mujeres y niños aparezca como una realidad siempre presente.

El capítulo 2 analiza el peso de la noción de un *cuerpo masculino estándar* en las ciencias biomédicas y sus consecuencias para la nutrición adecuada de mujeres y niños. Aunque la nutrición óptima es un objetivo inalcanzable, la salud de las mujeres y los niños depende en gran medida de la satisfacción de las cambiantes necesidades nutricionales a lo largo de sus diferentes ciclos vitales. Curiosamente, aunque el cuerpo paradigmático del discurso médico romano era masculino, estaba presente la idea de que el cuerpo de la mujer funcionaba de forma diferente y que la digestión y la nutrición normales

se veían afectadas en cada etapa vital y, en consecuencia, exigían diferentes medidas. Además, el proceso normal de nutrición dentro del cuerpo femenino le permitía crear y sostener una nueva vida y ese nuevo ser estaba entrelazado con ella durante la gestación y la infancia. El discurso médico romano articulaba ideas respecto de cómo podía acompañarse este proceso con éxito.

Si estas medidas fueron o no efectivas en proveer una nutrición adecuada a las mujeres es una discusión diferente —y una bastante compleja— puesto que no sabemos si, o hasta qué punto, estas ideas fueron puestas en práctica. Más aún, si fueron utilizadas como medio para controlar las acciones de las mujeres, como han sugerido algunos estudiosos, éste no era un objetivo explícito de los autores médicos. También debemos recordar que, incluso hoy en día, cuando contamos con información detallada sobre la nutrición, las intervenciones médicas siguen basándose en ideas heredadas y en conceptos erróneos que afectan a la salud y el bienestar de las poblaciones actuales.

El dato más potente, aunque engañoso, proporcionado por la investigación actual sobre embarazo y nutrición es que el organismo materno es muy *flexible* y puede adaptarse a diversas situaciones nutricionales y ambientales para llevar un embarazo a término con éxito. Es potente porque implica que la nutrición materna no es necesariamente un determinante directo de la salud del bebé. Sin embargo, al mismo tiempo es necesaria una base de nutrición materna para el funcionamiento adecuado de estos mecanismos, ya que de lo contrario el organismo materno podría rechazar al feto; y es engañosa porque es imposible determinar cómo funcionan las conexiones nutricionales entre las biologías femenina y fetal en cada caso particular. Un organismo femenino que funciona con normalidad reserva suficiente energía para un posible embarazo y lactancia, mientras que durante el embarazo la placenta protege al feto frente a variaciones drásticas en la ingesta alimentaria materna. Al mismo tiempo, las biologías materna y fetal responden a los cambios nutricionales y cooperan entre sí. Resulta evidente que el estado nutricional de la madre es un elemento importante en el desarrollo fetal e infantil, pero el vínculo entre ambos no es directo. De ahí que la suposición de que mujeres malnutridas producen niños malnutridos, aunque posible, no deba tomarse como una verdad universal.

El reconocimiento de los ciclos fisiológicos específicos y del carácter transitorio de las necesidades nutricionales de mujeres y niños, con un adecuado enfoque de género y etario, puede servir para actualizar ideas comúnmente compartidas en las interpretaciones históricas y trascender la comparación de ambos grupos con los hombres con el objetivo de comprender mejor la nutrición de mujeres y niños en el pasado y también en la actualidad. Si se entiende a la nutrición como una suma de necesidades nutricionales definidas, teniendo en cuenta que el cuerpo utiliza los componentes de los alimentos para la realización constante de sus procesos internos, y aunque reciba todos los nutrientes necesarios en un momento dado, seguiría existiendo la necesidad de complementar con más nutrientes y quizás diferentes en un futuro próximo. Una nutrición adecuada es, por tanto, un concepto y un horizonte, pero no algo que pueda alcanzarse siempre.

La dimensión social

Los sistemas alimentarios romanos y la participación de mujeres y niños

El capítulo 3 reflexiona sobre los elementos constitutivos de la dimensión social de la definición tridimensional de la alimentación. El concepto de sistemas alimentarios contribuye a reconsiderar los numerosos procesos y los actores implicados en todas las etapas de la alimentación más allá del enfoque habitual en la producción, la distribución y el consumo por parte de los estudios históricos sobre la alimentación romana. Además, provee algunas ideas sobre cómo los sistemas alimentarios se relacionan con otros ámbitos como la salud, la economía, la política y la ecología. Estas ideas fueron adaptadas para el análisis del mundo romano a través de la articulación de una visión general respecto de los efectos de los principales acontecimientos militares, políticos y económicos de la época romana sobre la organización general de los sistemas alimentarios. A su vez, el análisis de los elementos que operaban en los sistemas alimentarios romanos pretendió arrojar luz sobre los aspectos que han influido en la participación de individuos y grupos en las distintas fases de la producción de alimentos. La propiedad de la tierra, la mano de obra y el almacenamiento afectaban principalmente al contexto de la producción de alimentos. Por su parte, el transporte y el intercambio determinaban en gran medida la disponibilidad de alimentos y su preparación, lo que tenía efectos sobre el consumo en los entornos rural y urbano. Como resultado, surgió una imagen de los sistemas alimentarios romanos consistente en dos circuitos: un circuito interregional de artículos alimentarios que se consumían en grandes cantidades con la adición de productos exóticos procedentes de regiones lejanas. La producción de las grandes *villae* proporcionaba la mayor parte de los alimentos básicos (cereales, aceite de oliva, vino) que cubrían sustancialmente las necesidades dietéticas de macronutrientes de las poblaciones urbanas. Un segundo circuito, local y regional, incluía productos frescos como carne, frutas y verduras procedentes de granjas y huertos locales, que aportaban una variedad de sabores y los micronutrientes necesarios para diversos procesos metabólicos corporales.

El concepto de sistemas alimentarios constituye una herramienta útil para reconsiderar la participación de las mujeres y los niños en el proceso productivo desde una perspectiva más amplia, que incluye todas las etapas y actores implicados en la producción de alimentos. El análisis de los tratados romanos sobre agricultura de Catón, Varrón y Columela fue guiado por este concepto. Estos tratados abordaban la cuestión de la gestión rentable de una unidad agrícola. La descripción de las actividades necesarias para lograrlo apuntaba a la organización y gestión de la producción agrícola de modo que pudiera ser autosuficiente, en primer lugar para el sustento de sus propietarios y trabajadores y, en segundo lugar, para permitir la producción de un excedente que pudiera ser intercambiado luego en el mercado. Por lo tanto, las referencias al trabajo de la *vilica* en relación a los alimentos en el contexto de estas unidades agrícolas pueden ser representativas también de las actividades de las mujeres en otros tipos de hogares, ya que todos, más allá de sus características específicas, tendrían como objetivo principal garantizar la subsistencia del grupo y de la unidad

productiva. Independientemente de que el análisis actual se centre en el cultivo de alimentos en el campo y en la distribución y el consumo a través de redes de intercambio, en esta tesis hemos puesto el foco en otras fases de la producción de alimentos.

El primer elemento que se desprende de la lectura de los tratados es que, efectivamente, las mujeres y los niños estaban presentes en todas las fases de la producción alimentaria de diferentes maneras. El segundo elemento es la inutilidad de plantear una dicotomía entre el trabajo de campo al aire libre —masculino— y el trabajo doméstico en el interior —femenino—, ya que se esperaba que la *vilica* articulara el trabajo de campo con el del procesamiento y almacenamiento de los productos, y que fuera y viniera constantemente del campo al almacén y a las salas de prensado. Además, si bien el procesamiento y el almacenamiento de los productos se realizaban bajo techo (*sub tecto*), ambos formaban parte del mismo proceso de producción de alimentos, mientras que el trabajo doméstico, por su parte, abarcaba un conjunto diferente de actividades, relacionadas con las tareas de mantenimiento y cuidado. El tercer elemento es que la *vilica* se encargaba de las fases clave de transformación y almacenamiento de los productos agrícolas para que estuvieran disponibles para el consumo de toda la unidad durante todo el año. La gestión de los alimentos en términos de procesamiento y almacenamiento implicaba un gran conocimiento de las condiciones ambientales y climáticas y requería una vigilancia constante para garantizar la conservación de los alimentos a lo largo del tiempo. Por último, en el capítulo 6 se presentan pruebas visuales de que las mujeres participaban en la comercialización y venta de alimentos en el contexto urbano. Aunque las inscripciones y los registros visuales que sirven de prueba pueden haber estado influidos por las convenciones sociales operativas, por las que se prefería retratar a las mujeres como esposas y madres respetables antes que como comerciantes, lo cierto es que estas imágenes muestran que eran visibles en la esfera pública. A partir de todas las pruebas reunidas sobre el trabajo de mujeres y niños en relación con la alimentación, podemos afirmar que ambos participaban activamente en las distintas áreas y etapas de la producción de alimentos.

La particular combinación de los elementos característicos de los sistemas alimentarios romanos analizados, es decir, la mano de obra, la propiedad de la tierra, el almacenamiento, el transporte, la comercialización, la preparación y el consumo de alimentos, influyó en el tipo de trabajo realizado por mujeres y niños, así como también en su capacidad para acceder a los recursos y tomar decisiones sobre ellos. Si las mujeres que vivían en las grandes propiedades rurales no pertenecían a la familia propietaria, probablemente habrían sido esclavas que realizaban el trabajo atribuido a la *vilica* o a las demás trabajadoras mencionadas en el Digesto, cuyas ocupaciones se encontraban en estrecha relación con la gestión y preparación diaria de los alimentos. Habrían trabajado en beneficio de los *domini*, por lo que no habrían tenido un control directo sobre los recursos alimentarios. No obstante, puesto que la *vilica* era la encargada de procesar, almacenar y conservar los alimentos, y de gestionar los recursos disponibles para alimentar a la mano de obra, probablemente tenía cierto grado de control sobre los mismos. La *domina*, más allá de las descripciones moralistas de los autores agrícolas, desempeñaba un rol de supervisión sobre el trabajo de los *vilici* y podía haber ejercido

influencia en las decisiones productivas y de gestión. En el caso de las propietarias, probablemente se encargaran ellas mismas de llevar adelante el funcionamiento de su propiedad.

En el caso de las mujeres y los niños que vivían en pequeñas y medianas propiedades rurales, cuyo objetivo fundamental era garantizar la subsistencia de la unidad productiva y de todos sus miembros, el trabajo agrícola formaba parte de su vida cotidiana. Este se sumaba al trabajo doméstico y de cuidados habitualmente realizado por mujeres. La necesidad de pagar alquileres o impuestos en el contexto de estas unidades implicaba probablemente una reducción de los recursos alimentarios del hogar disponibles para el consumo de sus integrantes. Recurrir al mercado, a los vecinos, o a los propietarios —en el caso de los arrendatarios— podría haber sido una posibilidad, aunque esto planteaba nuevas dificultades (disponer de los medios para llevar los productos a las ferias y mercados, ganar lo suficiente para cubrir los pagos, crear deudas con otros hogares). En consecuencia, la producción directa de alimentos era la forma más segura de garantizar la alimentación de todos los miembros del hogar y el trabajo productivo y reproductivo cotidiano de las mujeres era clave para lograrlo. Los productos de la huerta, la cría de animales de granja, el conocimiento de fuentes alternativas de alimentos y la adopción de estrategias regulares de subsistencia garantizaban la disponibilidad de alimentos a pesar de las cambiantes condiciones materiales, siendo todas estas actividades vinculadas al trabajo de las mujeres.

El acceso a los alimentos por parte de mujeres y niños de las clases bajas urbanas dependía grandemente de las posibilidades de su grupo de adquirir productos alimenticios en el mercado, puesto que no disponían de tierras. El acceso a molinos, cocinas y hornos era difícil para los habitantes urbanos de recursos modestos. También podían conseguir alimentos cocinados en tabernas y establecimientos similares, donde era habitual que las mujeres formaran parte del personal de servicio. Por el contrario, los habitantes urbanos de las clases altas disponían de los productos de sus propiedades rurales e incluso podían tener un pequeño *hortus* y un establo adosado a sus casas que proporcionaban una gran parte de los alimentos para todos los habitantes. Sus comidas eran preparadas en el hogar y, aunque se contrataban cocineros varones para las ocasiones especiales, las trabajadoras dependientes eran quienes probablemente prepararan los alimentos cotidianos y realizaran las múltiples tareas asociadas a ellos, es decir, pelar, remojar, lavar, picar.

Es necesario replantearse la idea recurrente en los estudios actuales de que la dieta de las clases bajas era simple o monótona, introduciendo la posibilidad de que una gran parte de la población tuviera acceso, al menos, a una pequeña parcela de tierra y disfrutara de una dieta más variada y nutricionalmente adecuada. Además, la estrecha relación entre las mujeres y el cultivo del huerto apunta, por un lado, a su contribución en la provisión de una parte importante de los alimentos frescos para el hogar y, por otro, a sus conocimientos para cuidar de las plantas y para saber cómo utilizarlas como alimento y como medicina. La recolección de hierbas y frutos, aunque no se menciona directamente en las fuentes agrícolas, debe considerarse una práctica habitual. Prueba de ello son las menciones recurrentes en la obra de Plinio a plantas silvestres y humildes de uso cotidiano en la que

encontramos numerosas referencias a su utilización como alimentos como así también para la preparación de medicinas para condiciones de salud de mujeres y niños.

Seguridad alimentaria

Todo lo antedicho constituyen especulaciones dado que la escasez de información en las fuentes y la indiferencia de los análisis modernos respecto de la contribución de mujeres y niños a la producción de alimentos nos impide establecer una visión clara y definitiva. No obstante, podemos afirmar que los trabajos asociados al cultivo, procesamiento, almacenamiento y conservación de los alimentos a lo largo del año, y la preparación diaria de las comidas se entendían como parte de las actividades productivas de las mujeres.

La seguridad alimentaria es el otro concepto extraído del análisis actual de la nutrición en línea con la definición tridimensional. El mismo señala cómo funcionan los sistemas alimentarios para contribuir a garantizar la alimentación y la nutrición de las generaciones actuales y futuras. Este concepto fue vinculado al de subsistencia para la reflexión histórica. Si bien la subsistencia suele entenderse como "disponer lo justo para el sustento básico", en realidad implica la articulación de estrategias y conocimientos complejos para garantizar la continuidad del grupo tanto en el presente como en el futuro próximo. Por lo tanto, en la época romana, la seguridad alimentaria implicaba producir suficientes alimentos, poseer los conocimientos y medios necesarios para que estuvieran disponibles para todos los miembros de la hacienda y duraran todo el ciclo productivo, prepararlos adecuadamente y consumirlos en cantidades suficientes. Específicamente en el caso de las mujeres y los niños, la seguridad alimentaria también implicaba conocer lo que era necesario en cada momento del año y en cada uno de sus ciclos vitales, así como también saber qué hacer cuando la salud estaba en peligro. En otras palabras, la seguridad alimentaria no consistía —ni consiste— sólo en tener suficiente para comer, sino también en disponer de los conocimientos y los recursos necesarios para garantizar la nutrición presente y futura.

La identificación de una *naturalización* argumentativa respecto de la división del trabajo en función del género por parte de Columela en su tratado, apoyada por las autoridades de Jenofonte y Cicerón, nos permite reconocer la doble carga impuesta sobre las mujeres que, además de sus actividades productivas habituales, debían realizar numerosas tareas asociadas al mantenimiento y bienestar de todos los miembros del hogar. El trabajo doméstico incluía no sólo el cultivo, la transformación, el almacenamiento, la preparación y la gestión general de los recursos alimentarios del grupo, sino también la prestación de asistencia sanitaria. Así pues, el análisis de los tratados agrícolas desde la perspectiva de los estudios del feminismo marxista contribuye a conceptualizar el amplio abanico de actividades que constituyen el trabajo doméstico y de cuidados, como también a reconocer su contribución esencial a la continuidad y el bienestar del grupo. Además, permite poner de manifiesto el grado de control y decisión sobre los recursos que implicaba el desempeño de estas actividades.

Puesto que el conjunto de actividades atribuidas a las mujeres tenía como objetivo garantizar la disponibilidad de alimentos a lo largo del ciclo productivo y la provisión de las comidas y remedios necesarios que los miembros de su grupo requerían, las actividades domésticas realizadas por las mujeres en relación con la alimentación contribuían a la seguridad alimentaria de todo el hogar. En otras palabras, los trabajos productivos y reproductivos de las mujeres eran clave para garantizar la subsistencia.

Producción, reproducción y visión actual del trabajo femenino

A pesar de la representación de mujeres y niños como *no productores* o como contribuyentes marginales en las interpretaciones actuales sobre el mundo romano, la lectura de los tratados agrícolas desde una perspectiva de género nos permitió recoger referencias que ayudaron a situarlas como participantes activas en las diferentes etapas de los sistemas alimentarios. Como se ha reiterado a lo largo de estos capítulos, las ideas sobre la falta de acceso y poder de las mujeres sobre los recursos alimentarios han sido indiscutiblemente aceptadas por los historiadores. Además, se ha puesto el foco en los momentos de crisis y no en los períodos normales. La perspectiva alternativa que aquí se ofrece, aunque perfectible, representa con mayor exactitud las conexiones materiales reales de las mujeres y los niños romanos con la alimentación.

Por otro lado, aunque no han sido tradicionalmente consideradas como trabajo, las actividades reproductivas, llevadas a cabo por la mayoría de las mujeres en el pasado, imponían una pesada carga física y nutricional que afectaba a su capacidad para dedicarse a otras formas de trabajo, aunque más no fuera temporalmente. La crianza de los hijos ha sido la principal ocupación de las mujeres a lo largo del tiempo y es necesario hacer varias consideraciones al respecto: en primer lugar, la reproducción humana es un proceso exigente por el que las mujeres sufren importantes transformaciones fisiológicas y la repetición de los ciclos de embarazo, parto y lactancia agotan al organismo. Una vez advertido el embarazo, si se deseaba proteger al feto, las mujeres no debían realizar trabajos pesados durante ese período, lo que no significaba que no trabajaran en absoluto. Además del trabajo reproductivo, las mujeres podían seguir realizando las usuales tareas domésticas y de cuidados. En segundo lugar, y derivado del aspecto anterior, las actividades productivas y reproductivas se realizaban sincrónicamente. Por lo tanto, cuando los investigadores modernos consideran que el trabajo de las mujeres romanas era valioso en el evento de la ausencia de los trabajadores masculinos o cuando se requería trabajo "adicional" para la intensificación de la mano de obra, es preciso subrayar que se refieren al trabajo agrícola, y que este tipo de trabajo representaba una adición al desempeño habitual por parte de las mujeres de las labores domésticas, asistenciales y reproductivas. Por último, el trabajo reproductivo y doméstico constituía, como afirma Federici, un "trabajo socialmente necesario", ya que garantizaba la continuación de la vida y permitía trabajar a quienes son considerados como los "verdaderos trabajadores" en las interpretaciones actuales. Por todo esto, proponemos considerar al trabajo reproductivo realizado por las mujeres como *trabajo*.

Las numerosas tareas que comprenden trabajo doméstico, atribuido a todas las mujeres en virtud de una división natural del trabajo en función del género, eran incluidas entre las tareas de la *vilica*. Por lo tanto, resulta necesario señalar que el amplio abanico de tareas asociadas al trabajo productivo y reproductivo no podía ser realizado por una sola mujer, contrariamente a lo que parecen expresar las referencias a la *vilica* en los tratados agrícolas. La cantidad de trabajo que implicaban estas múltiples tareas consumía mucho tiempo y requería una gran cantidad de conocimientos y experiencia, por lo que es más probable que todos los miembros femeninos de la familia, con la ayuda de los niños y de algunos miembros masculinos, hubieran contribuido a la realización de estas actividades. Conviene recordar que los discursos de los autores agrarios no eran descripciones de prácticas reales, sino más bien opiniones prescriptivas para reforzar los valores culturales de las élites romanas.

En cuanto a la contradicción entre el estatus social inferior de las mujeres y su papel destacado en la producción y gestión de los alimentos en el hogar señalada en los relatos disponibles sobre la nutrición de las mujeres en épocas pasadas y presentes, la *entitlement theory* propuesta por Amartya Sen ha sido utilizada para explicar cómo se conectaban estos dos aspectos. No obstante, la teoría de Sen estaba pensada para tiempos de crisis, no para tiempos normales, y se basaba en nociones sesgadas sobre lo que constituye el trabajo socialmente valioso. Además, algunos aspectos de la aplicación de esta teoría por parte de Garnsey son problemáticos. Por ejemplo, en lo que respecta a la distribución de alimentos dentro del hogar, la capacidad reproductiva de las mujeres era considerada beneficiosa por Garnsey, pero perjudicial por Sen. En definitiva, la teoría del *entitlement* carece de capacidad explicativa, puesto que no resuelve la incoherencia entre la posición social inferior de las mujeres y su papel relevante en la gestión y preparación de los alimentos en el hogar. En otras palabras, no explica acabadamente cómo ocurre la intrusión de una norma patriarcal entre los procesos de producción, compra y preparación de alimentos en el hogar, que eran dominio de las mujeres, y su distribución y consumo por parte de los miembros del hogar, que los autores suponen se inclinaría en favor de los varones. Además, los estudios sobre los sesgos de género en las prácticas alimentarias en el mundo moderno ayudan a considerar que las costumbres culturales y sociales no son monolíticas y aunque la teoría Sen, adoptada por Garnsey, pueda aplicarse a momentos de crisis alimentaria en el mundo romano, debemos considerar que en épocas normales podían operar otras lógicas, más igualitarias.

En la medida en que los trabajos productivos y reproductivos de las mujeres romanas implicaban la gestión y el control de los recursos y el cuidado de los demás miembros, podemos afirmar que contribuían en gran medida a la seguridad alimentaria del hogar. En contraste con las descripciones de las mujeres como externas al proceso de producción de alimentos e impotentes en cuanto al acceso a los recursos alimentarios, afirmamos aquí que las mujeres tenían poder efectivo y decisión sobre ellos.

La dimensión medioambiental

Los humanos en la naturaleza

La dimensión medioambiental es una importante incorporación a la definición de nutrición, ya que nos permite contextualizar la alimentación y la nutrición como parte de las interacciones humanas con la naturaleza. En el capítulo 4 de esta tesis, exploramos las ideas sobre el entorno natural en el que vivían las antiguas sociedades romanas y el tipo de alimentos que consumían teniendo en cuenta las aportaciones de distintas disciplinas como la ecología, la paleoclimatología y la arqueobotánica. En lugar de la noción de una "dieta romana" restringida a los artículos comúnmente aceptados como alimentos en la actualidad, sugerimos ampliar esta visión para incorporar otros artículos dentro del panorama, tales como los alimentos silvestres y los artículos habitualmente etiquetados como "forrajes", puesto que eran consumidos regularmente por las sociedades romanas en función de las cambiantes condiciones climáticas y estacionales del ambiente. Las enfermedades son otro aspecto relevante de las interconexiones entre los seres humanos y el medio natural. Se ha estudiado la conexión entre salud y enfermedad y su vínculo con la nutrición. La ecología de las enfermedades del mundo romano cambió drásticamente como consecuencia de los procesos políticos, militares y económicos del período estudiado y afectó el comportamiento de las poblaciones romanas. Por supuesto, las enfermedades impactaron de forma diferente en los distintos territorios y grupos sociales. Sin embargo, un aspecto interesante que se desprende del análisis ofrecido en el capítulo 4 es que, aunque la nutrición garantiza hasta cierto punto una buena salud, no proporciona protección contra las enfermedades infecciosas. Por lo tanto, una buena nutrición, aunque importante, no siempre es suficiente. Las últimas tendencias en los estudios históricos incorporan en cierta medida estos aspectos, pero a veces resulta difícil aunar las narraciones históricas tradicionales, centradas en las acciones humanas, con la información sobre el entorno en el que tuvieron lugar esos acontecimientos. En este sentido, cabe destacar que, más allá de la imagen general que se ofrece, existía un gran abanico de posibles variaciones ambientales en cuanto a condiciones climáticas y edáficas y debemos considerar la existencia múltiples ecosistemas dentro del mundo romano.

Dado que el medio ambiente y sus elementos constitutivos ocupan un lugar más destacado en las tendencias actuales en los estudios históricos, uno de los propósitos de esta tesis es replantear las ideas sobre alimentación y nutrición romanas a partir de la comprensión contemporánea de las relaciones entre los humanos y la naturaleza. La obra de Plinio el Viejo, dedicada a explorar *Natura* en su totalidad, resulta una fuente fructífera de las ideas e imágenes operativas, así como también de las acciones y reacciones humanas frente a la naturaleza del contexto cultural romano. El tema de la alimentación y la nutrición es recurrente a lo largo de la obra en las numerosas referencias a elementos utilizados de muy diversas formas (como alimentos, medicinas, amuletos, con fines cosméticos y muchas otras aplicaciones). Según la narrativa de Plinio, todas las creaciones de la naturaleza (incluídos los humanos) estaban dotadas de fuerzas vitales (*vires*) e interactuaban entre sí.

Cuando los humanos ingerían productos naturales, ya fuera como alimentos o medicinas, sus cuerpos interactuaban internamente con esos poderes. Así lo sugerían también los tratados médicos romanos, que hacían referencia a las fuerzas (*vires*) del paciente y a las fuerzas de los alimentos consumidos. Sin embargo, es en el contexto más amplio de la descripción de la naturaleza que hace Plinio donde podemos ver cómo los alimentos y las medicinas formaban parte de las múltiples formas en que los humanos se relacionaban con su entorno. Plinio entendía a *Natura* como una entidad viva con cualidades maternales que abarcaban desde cumplir una función nutricia y protectora de sus creaciones hasta actuar como una temible madrastra. A diferencia de las imágenes actuales de la naturaleza como una entidad sin vida dominada por los humanos, Plinio ofrecía una visión romana que nos invita a reubicarnos dentro de una compleja red de intercambios entre los componentes del entorno natural. La naturaleza, tal y como la representaba Plinio, era "útil" a los humanos, no como una fuente subyugada de beneficios, sino más bien como una fuerza viva y una aliada para proporcionar los elementos necesarios para sostener la vida. En este contexto, la alimentación y la salud podían conseguirse mediante un intercambio adecuado con la naturaleza y sus creaciones. El conocimiento de las posibles fuentes de alimentos y remedios era igualmente importante para la salud y el bienestar, y el autor proporcionó toda la información necesaria para su identificación y uso. La descripción exhaustiva de cada elemento que incluía puede interpretarse como un conocimiento valioso para establecer una relación próspera con el entorno natural.

Más allá de la "dieta romana"

Una cuestión importante que se plantea al considerar la alimentación y la nutrición en el contexto más amplio del medio ambiente es que las referencias a una "dieta romana" no son absolutas. Los alimentos que se consideraban silvestres o marginales y los que se daban a los animales domésticos y de trabajo deben añadirse a los conocidos elementos reconocidos como pertenecientes a la "dieta romana". Formaban parte del universo de las interacciones humanas con el medio ambiente a efectos de asegurar la alimentación y la salud y se echaba manos de ellos ante la percepción de condiciones ambientales desfavorables. A la luz de esto, el concepto del *continuo alimento-medicina,* tomado de los estudios etnobotánicos, permite pensar en el uso multicontextual de los productos naturales, en particular como alimentos y como medicamentos. La *NH* de Plinio ofrecía un amplio abanico de elementos naturales pasibles de ser utilizados de muchas formas, siendo la alimentación y la medicina sólo dos de ellas. El análisis cuantitativo de las menciones recurrentes a los usos de estos artículos para el tratamiento de las afecciones de salud de mujeres y niños demuestra que gran parte de las plantas, animales y minerales mencionados por Plinio en su obra eran utilizados por los seres humanos con múltiples fines. Además, Plinio proporcionó información práctica sobre su identificación, recolección, procesamiento, almacenamiento, preparación y administración. El saber recogido y transmitido por el autor reflejaba el conocimiento social acumulado, puesto que no se circunscribía únicamente a las voces autorizadas, sino que integraba a distintas tradiciones de conocimiento. La yuxtaposición de las distintas fuentes de información, la inclusión de puntos de vista divergentes sobre el uso de elementos naturales y las referencias a la flora, la fauna y las costumbres de

poblaciones que vivían en contextos geográficos diferentes, tanto dentro como fuera del mundo romano, son indicativos de la coexistencia de formas diversas de entender las interacciones con la naturaleza y la existencia de fuentes alternativas de alimentos y medicinas. En este contexto, las referencias de Plinio a los usos conocidos de los productos naturales apuntaban a posibles prácticas más que a puntos de vista normativos o prescriptivos. Además, el tipo de información de fondo que se esperaba del público de la *NH* evidencia la naturaleza práctica de la obra de Plinio. Por todo ello, sostenemos que gran parte de ese conocimiento era accesible y circulaba en la sociedad.

Los cuatro ejemplos de elementos utilizados como alimento y medicina explorados en el capítulo 7 demuestran que, más allá de la diferenciación argumentativa entre los alimentos y las drogas proporcionada por los autores médicos, los límites entre lo que pertenecía al ámbito de la alimentación o al de la medicina eran variables. Además, constituyen una prueba de que existían múltiples formas de interactuar con la naturaleza con fines de nutrición y salud. Por otro lado, los procesos similares descritos para la recolección, almacenamiento y preparación de productos naturales, acercan los contextos de la alimentación y la preparación de remedios. Estos elementos constituyen artículos comunes, de fácil acceso, disponibles en los diversos paisajes romanos, y que formaban parte del universo de las interacciones romanas entre los humanos y la naturaleza. Como demuestran los resultados de la investigación científica actual, las propiedades nutricionales y medicinales de estos artículos son relevantes para la salud y la nutrición de mujeres y niños, y siguen utilizándose hoy en día como alimentos y remedios.

Resiliencia: Medicina y prácticas alimentarias

En relación con la ecología de las enfermedades del mundo romano, se han avanzado ideas sobre la prevalencia de algunas patologías y sus consecuencias para las poblaciones humanas. Sin embargo, la relación entre la nutrición y la resistencia a las enfermedades dista mucho de ser simple. No obstante esto, podemos considerar las ideas sobre medicina y los conocimientos y prácticas sobre asistencia sanitaria en las fuentes como ejemplos de las formas en que las sociedades humanas se enfrentaban a los efectos de las cambiantes condiciones ambientales sobre la salud y el bienestar. El concepto del *continuo alimento-medicina* también resulta una herramienta útil para observar cómo las sociedades humanas se adaptan al contexto en el que viven y desarrollan estrategias para hacer frente tanto a los buenos tiempos como a los malos. El espectro de posibles problemas de salud de mujeres y niños que menciona Plinio y los remedios sugeridos para tratarlos son reveladores, al mismo tiempo, de la gama posible de peligros para la salud derivados de las condiciones de vida (una mezcla de condiciones climáticas, disponibilidad e idoneidad de los recursos alimentarios, prácticas alimentarias y salud), pero también de las respuestas humanas ante ellos. Asimismo, indican también que, más allá de las definiciones y explicaciones médicas, la gente común entendía a la salud en términos más prácticos, tratando los síntomas más que siguiendo elaboradas teorías sobre fisiología y terapéutica. Por otro lado, más allá de que fueran eficaces o no, el uso de los numerosos elementos naturales mencionados por Plinio como alimentos y como remedios apuntan al hecho de que saber

qué era adecuado para la nutrición era tan importante como saber qué hacer cuando el cuerpo se volvía *en contra la naturaleza*.

La noción de *resiliencia* pone de relieve una característica de las poblaciones humanas y de otros seres vivos: la intención de sobrevivir incluso en las condiciones más desfavorables. La adversidad, antes que un factor determinante de la acción, desencadena respuestas extraordinarias y novedosas para superar las dificultades. En términos de alimentación, nutrición y salud, la resiliencia puede apuntar tanto a las prácticas regulares como a las excepcionales que guían las relaciones humanas con la naturaleza en diversos contextos y que tienen como objetivo garantizar la disponibilidad de alimentos tanto en el presente como en el futuro próximo. En este sentido, el conocimiento de las alternativas y posibilidades de acción son claves para tomar buenas decisiones. Varias prácticas vinculadas a mujeres y niños en relación con la alimentación y la nutrición exploradas a lo largo de los capítulos de esta tesis pueden interpretarse como estrategias orientadas a ese fin. Sorano sugería el uso de varias nodrizas para amamantar a un niño en lugar de una sola, de modo de garantizar la supervivencia del bebé en caso de la muerte de la nodriza. Del mismo modo, las sugerencias dietéticas para acompañar el embarazo, que guardaban relación con sus propias ideas sobre el funcionamiento del cuerpo femenino y sobre los cambios efectuados durante la gestación, pretendían, en última instancia, garantizar la provisión de una alimentación adecuada para el bienestar tanto de la mujer como del feto.

Las actividades realizadas por las mujeres para procesar y almacenar los productos agrícolas tenían como objetivo garantizar la disponibilidad de alimentos durante todas las estaciones del año. Además, el trabajo doméstico y asistencial de las mujeres implicaba prácticas sanitarias y la preparación y suministro de comidas y remedios para todo el hogar. En este sentido, el conocimiento de las múltiples propiedades de los productos naturales, sus usos como alimentos y medicinas según el contexto, y los procedimientos de preparación arrojan luz sobre la superposición de los aspectos materiales de la alimentación y la medicina. Los productos naturales se recolectaban probablemente por sus múltiples aplicaciones más que por un uso definido. La práctica de identificación, recolección, almacenamiento y preparación de alimentos y medicinas seguía más o menos los mismos pasos, diferenciándose únicamente en el contexto específico de administración. El conocimiento de las múltiples fuentes alternativas de alimentos y remedios y sus posibles aplicaciones era clave tanto para garantizar una nutrición adecuada como para tratar estados de salud adversos. Plinio abordó el tema de la naturaleza ofreciendo este tipo de información; destacó las potencialidades de una gran diversidad de sustancias como fuentes de nutrición y salud, incluidas las plantas silvestres y comunes. En resumen, estos constituyen ejemplos de cómo la antigua sociedad romana podría haber respondido a la percepción de condiciones medioambientales perjudiciales, ya fuera en forma de enfermedades, malas cosechas o acontecimientos sociales y políticos que perturbaran la seguridad alimentaria.

El concepto del *trilema dieta, salud y medio ambiente*, refiere a la situación actual respecto de la interrelación entre nuestra forma de organizar los sistemas alimentarios, su impacto en la naturaleza y las consecuencias sobre la salud humana y planetaria. Los sistemas alimentarios actuales no son sostenibles, ya que extraen de la naturaleza más de lo que ésta puede regenerar, poniendo en peligro la seguridad alimentaria de las generaciones futuras. Al mismo tiempo, los productos, el estilo de vida moderno y las cifras de población actuales conducen a la paradoja de que, aunque se produzcan más alimentos de los necesarios, éstos no son suficientes ni adecuados para garantizar la nutrición de las poblaciones humanas. Este escenario es muy diferente al de la época romana, pero el concepto resulta útil para reflexionar sobre las múltiples formas en que se organizaban los sistemas alimentarios en el pasado, cómo impactaban en el entorno natural y sus consecuencias. Los debates sobre la idoneidad de considerar un escenario malthusiano para el mundo romano apuntan, en última instancia, a la interconexión entre el uso de los recursos naturales por parte de una población, la capacidad de los mecanismos productivos para proporcionar suficientes recursos a esa población y las consiguientes repercusiones sobre la salud, que afectaban a la dinámica general de la población.

Una interpretación alternativa

El análisis previo de las posibles conexiones entre los elementos surgidos de la lectura de las fuentes antiguas y el marco teórico ofrecido desde una perspectiva alternativa ha cumplido con sólo una parte del propósito de este trabajo. El siguiente paso, a saber, la articulación de estos elementos resultantes en una imagen coherente, resulta una tarea más difícil. Cualquier definición resultará imperfecta, puesto que puede haber aspectos que no hayan sido considerados en esta tesis y que merezcan un análisis más profundo. En definitiva se trata de una visión alternativa antes que de una imagen definitiva. Más aún, esperamos que la misma sea revisada y reformulada en el futuro, pues ello significará que ya no adscribimos a una explicación unidimensional para reflexionar sobre las mujeres y los niños en el pasado y que el debate ha avanzado.

Como conclusión de esta investigación, y en alusión a la contribución de Garnsey, ofreceremos una interpretación de la alimentación y la nutrición de las mujeres y los niños en el mundo romano a través de un conjunto de conceptos, a saber, *necesidades*, *acceso*, *conocimiento* y *patriarcado*.

Necesidades

Garnsey (1999) abordó dos aspectos de las necesidades de las mujeres y los niños en la Antigüedad: sus necesidades nutricionales a nivel fisiológico, y el papel de los conocimientos médicos para interpretarlas correctamente, y las necesidades de los distintos miembros de la familia en función de las actividades que realizaban. El autor sostuvo que las necesidades de las mujeres —y, podemos añadir también las de los niños— eran vistas a través de los ojos de los varones y reflejaban, por

tanto, el "mayor estatus y el poder superior" de estos últimos (p. 116). Respecto de las actividades realizadas, el autor calificó a las mujeres de "productoras" sólo en su papel de reproducción social. A continuación, concluyó que, en el contexto de una sociedad patriarcal, esta percepción de las necesidades hacía que las mujeres y los niños recibieran una parte menor de los recursos alimentarios familiares. Retomamos, entonces, el concepto de *necesidades*, pero para interpretarlo de forma diferente.

Hemos explorado, por un lado, el discurso médico sobre la nutrición y sus conexiones con la fisiología de mujeres y niños; y, por otro, el tipo de actividades realizadas por unos y otros y sus implicaciones en términos de gestión, decisiones y control sobre los recursos alimentarios. En este sentido, los autores médicos ofrecían explicaciones y procedimientos terapéuticos basados en su propia comprensión de la composición del cuerpo humano y sus posibles interacciones con los alimentos. Sus ideas se enmarcaban en el contexto general de las directrices de las sectas a las que pertenecían puesto que pretendían ofrecer explicaciones convincentes; no obstante, también referían a un sustrato de ideas socialmente compartidas sobre el funcionamiento de los cuerpos de las mujeres y los niños en términos de nutrición. Más allá de la descripción específica de cómo el cuerpo humano procesaba los alimentos, Galeno utilizaba la imagen de la gestación —que sólo tenía lugar en los cuerpos femeninos— para transmitir la esencia de la nutrición, entendida como la transformación de los alimentos consumidos dentro del cuerpo y su procesamiento a través de los distintos órganos para producir la sangre que alimentaba las diferentes partes del cuerpo. Resulta interesante notar que, aunque las explicaciones médicas romanas referían a un cuerpo masculino, por defecto, las descripciones de los procesos implicados en la nutrición humana aludían al *otro* cuerpo, distinto del estándar. Además, la noción compartida en los discursos médicos y no médicos era que existía una economía nutricional particular en el cuerpo de las mujeres. Esta capacidad les permitía producir un excedente que sostenía al feto durante la gestación. En consecuencia, la nutrición humana se entendía apelando al funcionamiento del cuerpo femenino más que al masculino. Sostenemos, por lo tanto, que contrariamente a lo planteado por los historiadores en la actualidad, los autores médicos pensaron a la nutrición en conexión con el cuerpo femenino y esto dio lugar a una amplia gama de ideas acerca de cómo las diferentes etapas de la vida de la mujer estaban marcadas por las condiciones cambiantes en las que funcionaba su procesamiento interno de los alimentos. En otras palabras, los autores médicos analizaron cómo la gestión particular de los alimentos por parte de las mujeres garantizaba la realización de sus propios procesos fisiológicos normales (su estado *de acuerdo con la naturaleza*) y cómo se rearticulaba para sostener una nueva vida en su interior. En efecto, las necesidades de las mujeres eran vistas desde los ojos de varones —los autores médicos—, pero sus ideas no derivaban necesariamente de la condición social de las mujeres. En cambio, el discurso médico articulaba la observación de los procesos específicos que tenían lugar dentro del cuerpo femenino con las ideas disponibles sobre cómo el cuerpo humano en general procesaba los alimentos. De allí que debamos interpretar las recomendaciones dietéticas médicas

para las mujeres en consonancia con las ideas de estos autores sobre los procesos internos de los cuerpos femeninos y sus necesidades cambiantes.

El análisis de las propiedades de los distintos alimentos y las posibles interacciones con los cuerpos humanos era característico de los tratados médicos romanos. La alimentación se entendía como una necesidad y, por tanto, los autores médicos reflexionaban sobre las posibles interacciones entre los alimentos y el objetivo último de mantener el cuerpo *de acuerdo a la naturaleza* o, en otras palabras, sobre cómo contribuía la alimentación a mantener la salud. Es interesante señalar que no existían planes o dietas definidos que pudieran aplicarse universalmente, ni indicaciones específicas basadas en diferencias de sexo o edad. No existían *dietas para mujeres* o *niños*. Dado que el cuerpo del discurso médico romanopor defecto era un cuerpo masculino, cabría esperar encontrar referencias o bien respecto de cómo funcionaba ese cuerpo estándar o bien sobre cómo procesaban los alimentos *los demás* cuerpos. Sin embargo, los autores médicos no vinculaban sus ideas sobre los poderes de los alimentos a un cuerpo concreto. En su lugar, proporcionaban nociones generales sobre cómo los distintos tipos de alimentos interactuaban con los distintos tipos de cuerpos. En resumen, no proporcionaban una dieta definida, sino que ofrecían directrices generales sobre las posibles interacciones entre los alimentos y el cuerpo y esperaban que cada persona, cada paciente, juzgara lo que más le convenía. La intervención médica a través de la dietética implicaba que el médico podía sopesar los diversos aspectos que influían en el estado de salud del paciente y delinear una dieta adecuada para la conservación o la recuperación de la salud. En este contexto, las variables a considerar eran la fortaleza del paciente (sus *vires*), su edad, su sexo, la estación del año, su ocupación y sus circunstancias físicas específicas.

Sorano describió los procesos internos del cuerpo femenino, incluyendo ideas sobre cómo los alimentos interactuaban con el cuerpo en cada etapa y, en consecuencia, ofreció sugerencias sobre la dieta adecuada para acompañar esas etapas. La lógica detrás de los alimentos sugeridos por el médico para el embarazo —alimentos ligeros, fáciles de digerir pero nutritivos— descansaba en la consideración del trastorno en los procesos digestivos de la mujer causados por la gestación. El cuerpo, que estaba acostumbrado a procesar alimentos para sí mismo, tenía entonces que reacomodarse para poder sostener a otro organismo. Del mismo modo, las recomendaciones para el puerperio y la lactancia reflejaban un plan progresivo de incorporación de alimentos, de más sencillos a más nutritivos, para acompañar la recuperación de la parturienta y asegurar la producción de leche nutritiva para el recién nacido. Lo mismo podía decirse de la dieta de las nodrizas. La definición de una dieta para la nodriza por parte de Sorano, en el marco de una sociedad donde el empleo de nodrizas era una práctica establecida, es interpretada en la actualidad como una intervención nutricional coercitiva en el contexto de las relaciones de poder entre la mujer lactante y la familia del bebé. Pero aunque podría haber sido así en la práctica, las recomendaciones dietéticas proporcionaban una imagen de las posibles interacciones entre los alimentos, el cuerpo de las mujer lactante (ya fuera la madre o una persona diferente) y el bebé, coherente con las ideas médicas operativas sobre las conexiones nutricionales entre mujeres y niños. Por lo tanto, las

recomendaciones dietéticas tenían como objetivo proporcionar una nutrición adecuada tanto para las mujeres como para los niños en el contexto más amplio de los complejos procesos fisiológicos y las conexiones nutricionales establecidas entre ellos.

Los autores médicos no prestaron especial atención a los niños. La procreación era explicada a través de una mezcla de ideas sobre los procesos internos del cuerpo femenino y nociones culturales, tales como la prevalencia teórica del elemento masculino en la generación. En términos nutricionales, sin embargo, el feto —y más tarde el lactante— dependía de la capacidad del organismo materno para proporcionarle una nutrición adecuada a lo largo de los períodos de gestación y lactancia. Por lo tanto, abordaron los vínculos nutricionales que unían su desarrollo al funcionamiento del organismo materno, aunque sin analizar en detalle la nutrición de los niños más allá del período de destete. En este sentido, nuevamente, el discurso médico incluía nociones socialmente compartidas sobre las conexiones entre mujeres y niños a lo largo de estos procesos. Así pues, las razones que subyacen a las recomendaciones dietéticas para el embarazo y la lactancia deben entenderse en relación a las ideas establecidas sobre dichos vínculos nutricionales. Por ejemplo, se creía que los poderes de los alimentos consumidos por la madre podían tener efectos sobre el feto. La recomendación de evitar sustancias teratógenas y la dieta para tratar la pica, que sostenía que las embarazadas debían evitar ingerir alimentos peligrosos, tenían como objetivo último garantizar una nutrición adecuada al feto, así como también preservar la salud de la madre. Después del parto, la dieta sugerida para las nodrizas era indicativa de la creencia de que la calidad de los alimentos consumidos por la mujer podía transferirse al bebé a través de la leche; se creía que sustancias potentes como el vino eran demasiado fuertes para que el organismo del lactante las procesara. Esta conexión nutricional tenía, a su vez, un aspecto beneficioso: los padecimientos de salud del bebé podían tratarse a través de la dieta de la nodriza. La leche materna era alimento, pero también medicina. Aunque se creía que las conexiones nutricionales durante el embarazo y la lactancia funcionaban de forma diferente, el vínculo entre el cuerpo de la madre/nodriza y el del feto/bebé era el principio rector de las consideraciones dietéticas y nutricionales.

De lo anterior debemos concluir que el pensamiento médico romano entendía a la nutrición en relación con el funcionamiento del cuerpo femenino. El mismo gestionaba los alimentos de tal manera que podía crear y sostener una nueva vida en su interior, ofrecerle nutrición al feto para completar su desarrollo, e incluso proporcionar alimento al bebé luego del parto. Se creía que los cuerpos de la mujer y del feto/bebé estaban conectados nutricionalmente y las ideas sobre los efectos de los alimentos en ellos seguían estos principios. Las necesidades de las mujeres eran interpretadas, efectivamente, a través de las perspectivas de los varones, concretamente de los autores médicos. No obstante, éstos articulaban, al mismo tiempo, las ideas socialmente compartidas con sus propias teorías, delineando y sustentando racionalmente sus discursos con el fin de definir y guiar su propia práctica médica. Si estas teorías fueron realmente llevadas a la práctica o si resultaron exitosas en proporcionar una nutrición adecuada para mujeres y niños es un tema muy diferente.

Acceso: Poder y control sobre la producción y la reproducción

El otro aspecto en el que se creía que las necesidades de las mujeres y los niños influían en las decisiones sobre la asignación de alimentos era su contribución a la producción. Según Garnsey (1999), si el objetivo general era asegurar la supervivencia y el bienestar de la familia, entonces la mayor parte de los recursos iría sin duda a los miembros más productivos. En este sentido, las mujeres eran etiquetadas como productoras sólo en su papel de reproducción social. A pesar de esta afirmación, más adelante en el texto el autor reconoció que quienes participaban en el trabajo agrícola tenían una mejor posición en términos de la distribución de alimentos, incluso en el contexto de una sociedad patriarcal (p. 111). De esta manera, el autor abre la posibilidad de reconocer al menos a algunas mujeres como "productoras". Sin embargo, el principio de que la distribución de los recursos alimentarios en el seno de la familia obedecía a consideraciones sobre la contribución económica y que ello determinaba la percepción de las necesidades alimentarias de sus miembros no constituía un rasgo propio de la antigua sociedad romana, sino que remite a un modelo de análisis de la asignación alimentaria intrafamiliar en las sociedades modernas. No existen indicios en las fuentes antiguas que apunten a la gestión de los alimentos dentro de la familia en función de su contribución económica como una práctica habitual. Así pues, la diferenciación entre "productores" y "no productores" reside en el criterio de cada autor, pero no constituía una conceptualización operativa de las antiguas sociedades romanas. No obstante, para contribuir con el debate, sugerimos que las mujeres y los niños eran de hecho "productores" y que la participación de los miembros del hogar en todas las fases de los sistemas alimentarios contribuía a su acceso a los alimentos, no tanto por su reconocimiento como "productores" o "reproductores", sino más bien en términos de la manipulación, toma de decisiones y gestión de los recursos alimentarios involucrados en el desarrollo de sus tareas. En lugar de pensar a la asignación de recursos como el resultado de una cuidadosa evaluación de la contribución de cada miembro y la provisión de alimentos como consecuencia de ello, debemos considerar todas las decisiones implicadas en las diferentes etapas del proceso productivo que implicaban el acceso directo a los recursos alimentarios.

El concepto de *sistemas alimentarios*, que apunta al conjunto de actores que intervienen en todas las etapas de la producción de alimentos hasta su consumo, nos permite valorar la importancia de la transformación, el almacenamiento y la preparación de los alimentos, tareas que han quedado usualmente al margen de las interpretaciones tradicionales. Es precisamente en estas etapas donde se menciona la participación de mujeres y niños en los tratados sobre agricultura romanos. En el capítulo 6 exploramos todas las instancias en las que mujeres y niños aparecían como participantes activos en los diversos procesos de producción de alimentos: trabajando en el campo, encargándose del procesamiento y almacenamiento de los productos, e implicados en la comercialización y preparación de la comida diaria. Más allá de la discusión sobre qué constituía *trabajo productivo* y quiénes podían ser etiquetados como "productores", resulta evidente que tanto mujeres como niños participaban activamente en todos los aspectos de la producción de alimentos. Desde esta perspectiva, debemos analizar todas las formas en que el desempeño de estas actividades les

permitía establecer relaciones materiales concretas con los alimentos. Detrás de la mera descripción de la relevancia económica de actividades tales como desmalezar los campos, cuidar del huerto, alimentar a las gallinas y recoger los huevos, sacar los alimentos del almacén para su uso o preparar comidas y remedios, existía una conexión muy estrecha y directa entre las mujeres y los niños con los alimentos. Ello redundaba en la capacidad de tomar decisiones respecto de los mismos influyendo, de esa manera, en el control y en la gestión de los recursos alimentarios de su grupo.

Además, el papel de la *villica* en la supervisión del cultivo, la recolección, la transformación y el almacenamiento de los alimentos le otorgaba la capacidad de tomar decisiones de gestión sobre los productos que, en última instancia, pertenecían al dueño de la propiedad. Ella era el vínculo entre el trabajo en el campo y el trabajo en la casa; entre el cultivo, el cuidado y la recolección, y la transformación de los productos agrícolas en alimentos; entre los productos para mantener a los habitantes de la propiedad y los destinados a generar un beneficio económico; entre la producción y la reproducción. Los trabajos atribuidos a las mujeres incluían una mezcla entre las actividades necesarias para que los productos fueran aptos para el consumo o el intercambio y aquellas que garantizaban que la mano de obra pudiera continuar con su trabajo. La supervisión de la cosecha debía combinarse con la preparación de los alimentos y la prestación de asistencia sanitaria a los miembros enfermos de la familia. Aunque las narraciones de los autores agrarios articulaban una jerarquía y una cadena de control por encima de estas mujeres, podemos imaginar que, en términos generales, la *vilica* realizaba estas actividades de forma autónoma ya que, por un lado, los *domini* en muchos casos apenas estaban presentes en la propiedad durante la mayor parte del año y, por otro, el *vilicus* tenía sus propias tareas productivas y de supervisión, que se desarrollaban principalmente en los campos. Por lo tanto, podría decirse que la transformación y el almacenamiento de la cosecha estaban bajo el exclusivo control de la *vilica*. También estaban en sus manos las decisiones sobre el racionamiento de los productos, es decir, decidir qué parte se destinaría a la alimentación de los trabajadores y qué parte se reservaría para el intercambio, así como también las relativas al suministro de alimentos a quienes preparaban las comidas para todo el grupo. Como puede observarse, la administradora de la propiedad agrícola tenía un poder y un control efectivos sobre los recursos alimenticios.

En los análisis actuales sobre mundo romano antiguo, se entiende por trabajo productivo tanto a las actividades agrícolas implicadas en la producción de alimentos y materias primas como también a los procesos subsiguientes para su transformación en mercancías. Como característica del pensamiento económico moderno, las tareas domésticas y de mantenimiento quedan fuera de esta definición, ya que el tipo de procesos y la naturaleza de dichas actividades resultan radicalmente diferentes a lo que se entiende por trabajo. La teoría marxista entendía el funcionamiento conjunto de la *producción* y la *reproducción* como elementos clave que proporcionan lo esencial para la continuación de la vida y determinan la organización social. La crítica desde el feminismo marxista a la escasa atención dedicada al origen de la subordinación femenina en la teoría marxista de la reproducción aporta interesantes reflexiones sobre las peculiaridades del trabajo reproductivo, tradicionalmente realizado

por las mujeres, y que incluye tanto a la reproducción biológica como a las actividades domésticas y de mantenimiento. El aspecto más destacado de esta crítica es la aceptación sin cuestionamientos por parte de los teóricos marxistas de explicaciones simplistas respecto del origen de la subordinación femenina en el contexto doméstico y la consiguiente *invisibilización* de los trabajos de mantenimiento y reproducción. Los argumentos ofrecidos por los autores marxistas para explicar el control masculino de la sexualidad femenina en las primeras etapas del desarrollo social se basan en la preexistencia de una división sexual del trabajo, según la cual las diferencias biológicas conducían a la realización de actividades diferentes y complementarias. Curiosamente, las actividades que derivaban de las capacidades *naturales* del varón eran —y siguen siendo— aquellas consideradas como socialmente valiosas. La idea de una división *natural* del trabajo en función del género ha sido objetada por las teóricas feministas, quienes identificaron claramente que la subyugación femenina tiene un origen histórico y cultural. Como sostienen, no hay nada intrínseco en la capacidad femenina de parir y amamantar a los hijos que implique el control masculino. Así pues, al aceptar sin más la existencia de un control masculino sobre la sexualidad femenina a lo largo de la historia y atribuir a la *naturaleza* una división del trabajo en función del género, por la que los hombres realizaban actividades productivas mientras que las mujeres se encargaban de las tareas reproductivas y de cuidado, sólo ha contribuido a enmascarar las razones reales de la subyugación femenina.

La idea de una división *natural* del trabajo en función del género entre hombres y mujeres fue ofrecida por Columella y sustentada a través de referencias a autoridades —masculinas— previas, al inicio del capítulo 12 de su tratado, dedicado a las tareas de la *vilica*, la trabajadora femenina paradigmática de la propiedad agrícola. De este modo, las actividades desempeñadas por la mujer eran retratadas como un rasgo de su disposición natural a cuidar de las personas y de los recursos. Más allá de las observaciones prescriptivas y moralistas que rodeaban la descripción de las actividades de la administradora de la *villa*, sugerimos que estas actividades no podían ser realizadas por una sola mujer, sino que en realidad se necesitarían varias personas para su ejecución, puesto que requerían de la realización sincrónica de tareas que se desarrollaban tanto en el interior de la casa como en los campos y las salas de almacenamiento y procesamiento. El aspecto más relevante del rango de actividades atribuidas a la *vilica* es que incluían tareas de distinta naturaleza. Mientras que algunas contribuían directamente a completar y asegurar la producción de alimentos para su eventual intercambio o consumo y para el beneficio económico de los propietarios, otras tenían como objetivo la satisfacción de las necesidades básicas de todo el personal, garantizando, de esa manera, que pudieran continuar con sus actividades. En este sentido, el trabajo de la *vilica* y, por extensión, el de muchas otras mujeres en el contexto de distintos hogares, implicaba actividades tanto productivas como reproductivas, que se realizaban sincrónicamente. El trabajo doméstico y de mantenimiento resultaba clave para garantizar la continuidad y el bienestar de todo el grupo. Sin embargo, la caracterización de estas actividades como consecuencias de una disposición natural de las mujeres a cuidar de los demás ha servido para invisibilizar su relevancia y lograr que permanezca, incluso hasta nuestros días, sin remuneración ni reconocimiento.

Otro aspecto que se deriva de la supuesta división *natural* del trabajo es el papel de la mujer en la reproducción biológica. Como hemos argumentado, los procesos de embarazo, parto y lactancia implicaba una carga física y nutricional. Más aún, el trabajo de reproducción biológica a menudo iba de la mano del trabajo doméstico y de cuidados, ya que criar a los hijos y cuidar de los enfermos y ancianos del hogar implicaba que una o más personas debían permanecer cerca de la casa para proporcionarles los alimentos y medicinas necesarios. Mediante la provisión de comidas cocinadas, así como a través de la lactancia, las mujeres se encargaban de la alimentación y nutrición de su grupo.

En este marco, el trabajo de las mujeres y los niños en relación con la alimentación era esencial. Ambos contribuían en todas las fases de la producción de alimentos, es decir, en la transformación de los productos agrícolas en alimentos y luego en comidas cocinadas para nutrir a sus grupos. Por lo tanto, afirmamos que tanto las mujeres como los niños eran no sólo *productores*, sino también trabajadores. Cuando los historiadores refieren a la participación de las mujeres como contribuyentes clave a la intensificación del trabajo agrícola, es necesario destacar que, para hacerlo, debían realizar estas tareas en adición a sus tareas domésticas, de mantenimiento y reproducción habituales. Por lo tanto, la posibilidad de incrementar la producción descansaba en la sobreexplotación de las mujeres.

Conocimiento de la naturaleza

Además de la participación de las mujeres y los niños en la producción y preparación de alimentos, otra característica que permanece ausente en los trabajos actuales sobre la alimentación y nutrición de mujeres y niños en la antigua Roma, es el conocimiento que se encuentra detrás del uso de productos naturales. Podemos reconstruir de diversas formas los usos de los alimentos en el pasado, pero determinar los conocimientos que operaban detrás de los mismos, resulta una tarea mucho más difícil. Los conocimientos de las mujeres permanecen desdibujados en un mundo marcado por la autoridad masculina. Sin embargo, podemos acercarnos al tema de alguna manera a través de referencias indirectas en las fuentes. En este contexto, la inclusión por parte de Plinio de fuentes de información autorizadas y no autorizadas ofrece atisbos de un amplio espectro de usos conocidos de elementos naturales. El concepto del *continuo alimento-medicina* evidencia las múltiples formas en que las sociedades humanas se relacionan con el entorno natural que las rodea. En esta tesis, la atención se centra en los usos de elementos naturales como alimentos y medicinas con fines de salud y nutrición. Más allá de la definición académica de la "dieta romana", las referencias de Plinio a numerosas hierbas y plantas silvestres y comunes, junto con la descripción de los usos de especies exóticas y raras, ilustran la amplia gama de posibles aplicaciones de los elementos del entorno natural romano.

Las menciones recurrentes a elementos naturales utilizados para tratar afecciones de mujeres y niños son reveladoras del conocimiento acumulado sobre las múltiples formas en que la naturaleza podía ser beneficiosa para preservar o restablecer el funcionamiento normal de sus cuerpos, dados los procesos particulares que experimentaban a lo largo de sus vidas. Plinio proveía instrucciones sobre

cómo identificar, recoger, manipular, procesar, almacenar y preparar alimentos y remedios, lo que sugiere que el público de la *NH* tenía una base de conocimientos previos sobre el tema. Aunque no hay referencias explícitas en las fuentes, podemos argumentar que los contextos y procedimientos para la preparación de alimentos y medicinas coincidían en gran medida. A su vez, un elemento que era considerado *útil* podía ser recolectado y almacenado para múltiples fines. Su preparación y administración finales, no obstante, se ajustaban a cada eventualidad. Del mismo modo, la identificación y el conocimiento de las propiedades de las plantas silvestres resultaba valioso durante un período de escasez, cuando éstas podían ser utilizadas como fuente alternativa de alimento. En el caso de la percepción de un estado del cuerpo *en contra de la naturaleza*, por ejemplo, la desaparición de la menstruación, la aparición de aftas en la boca en los bebés, el impulso de comer alimentos extraños durante el embarazo, entre otros, el conocimiento respecto de cómo se podían y debían utilizar los elementos naturales para superar estos estados era clave. De todo lo anterior, concluimos que la información respecto de los usos múltiples de los productos naturales para el tratamiento de las afecciones femeninas e infantiles implica un bagaje de experiencias y conocimientos que estaban difundidos a través de una sociedad en la que las mujeres y los niños participaban activamente.

Patriarcado: La reproducción social y el papel de los discursos culturales

El elemento del *estatus* en el argumento de Garnsey se encuentra ligado a la afirmación de que el comportamiento alimentario reflejaba la jerarquía social y las relaciones sociales y, en consecuencia, el estatus de una persona, tanto en el hogar como en la sociedad en general, era determinante para la asignación de alimentos. En este caso, la apelación al carácter patriarcal de las sociedades griega y romana aparece como la única justificación de que las mujeres y los niños recibieran una parte menor de los recursos alimentarios. El concepto de *patriarcado* por sí mismo resulta de poca utilidad. A grandes rasgos, refiere a los acuerdos sociales por los que los varones ostentan el control sobre los elementos clave que regulan la sociedad, pero, tal y como es utilizado por el autor, no alcanza a explicar de qué manera específica poder patriarcal articula e influye en las decisiones sobre los recursos alimenticios. El *poder* es un concepto aún más problemático. Garnsey consideraba que *estatus* y *poder* se encontraban estrechamente relacionados, por lo que, en cierto modo, constituyen dos caras de la misma apelación al patriarcado como factor explicativo de la peor posición de las mujeres y los niños respecto a la alimentación.

En cuanto al discurso médico, aunque Garnsey entendía las recomendaciones dietéticas para las mujeres ofrecidas por los autores médicos varones como mecanismos destinados a ejercer control sobre sus cuerpos, ésta no era su intención explícita. No obstante, hay que reconocer que la circulación y aplicación del discurso médico en el contexto de la sociedad romana pudo, efectivamente, contribuir al sometimiento de las mujeres. Esto tiene mucho que ver con la función y el impacto de los discursos culturales operativos, más que con las teorías médicas. Por ejemplo, el discurso médico reconocía el papel fundamental de la sangre menstrual en la reproducción, pero la

necesidad de ajustar su mensaje a los discursos existentes sobre las relaciones de poder se tradujo en la definición teórica de la prevalencia del elemento masculino sobre el femenino. Por otro lado, más allá de las posibilidades reales de control y supervisión de las múltiples tareas atribuidas a la *vilica*, la imposición discursiva de una jerarquía de poder por encima de las mujeres en los tratados agrícolas tenía como objetivo ofrecer recursos a los varones y propietarios para conservar el control último sobre las acciones de las mujeres.

La *naturalización* de la división sexual del trabajo y el control masculino de la sexualidad femenina, así como también la invisibilización del trabajo productivo de las mujeres en el hogar en el análisis moderno han contribuido a sostener y reforzar la subordinación femenina a lo largo de la historia. Más aún, también han contribuido a sostener una visión parcial y fragmentaria del papel de las mujeres y sus conexiones con la alimentación y la nutrición, al ocultar las múltiples formas en que las mujeres organizaron, manejaron y controlaron los recursos alimentarios como consecuencia de su trabajo cotidiano, productivo y reproductivo, de crianza y cuidado. Desde un punto de vista androcéntrico, la dicotomía entre los contextos público y doméstico como elementos definitorios de las vidas de hombres y mujeres en el pasado, da por sentado que los hombres eran activos en la esfera pública, mientras que las mujeres *debían permanecer en casa*. Sin embargo, desde la perspectiva de estas mujeres que solían encargarse de las tareas productivas y reproductivas —como el cuidado de los niños y los enfermos, la preparación de la comida diaria— permanecer en el interior, cerca del fuego, y cerca del *hortus*, el almacén y el refugio, podría no haber sido una mala idea. En contra de la noción de que la vida doméstica representaba una subyugación para las mujeres, ofrecemos aquí la idea de que permanecer cerca de la casa puede haber resultado conveniente y beneficioso para ellas, puesto que necesitaban hacer frente a las cambiantes necesidades nutricionales y de salud relacionadas con sus ciclos vitales.

La nutrición de mujeres y niños en el mundo romano no era consecuencia directa de su estatus social, sino más bien de la combinación de los elementos antes mencionados: necesidades, acceso y conocimientos. Sin embargo, su estatus sí reflejaba los acuerdos sociales, culturales, económicos y legales patriarcales destinados a mantenerlas en una posición subordinada, a controlar sus cuerpos y a percibir los beneficios económicos resultantes de su trabajo. Los discursos producidos por la élite masculina en este contexto pretendían sostener la reproducción de los sistemas sociales y económicos a través de su autoridad, como también de su capacidad de control sobre los sistemas jurídicos y políticos. Por lo tanto, la articulación de un poder patriarcal no era necesaria en el plano de la asignación de alimentos, sino más bien en las convenciones sociales operativas.

La nutrición de mujeres y niños en la actualidad

¿Qué hay detrás de las ideas actuales sobre la nutrición de mujeres y niños y cómo influyen estas ideas en nuestras miradas sobre el pasado romano? Esta es la pregunta que ha permanecido en el trasfondo a lo largo de los capítulos de esta tesis, y que emerge claramente ahora. Existe una contradicción en los discursos actuales sobre nutrición entre el papel central que se otorga a las

mujeres en términos de la gestión de los recursos alimentarios del hogar y el estado de malnutrición siempre presente en las poblaciones femenina e infantil. La existencia de malnutrición en el pasado y en el presente en todo el planeta es un hecho innegable. El funcionamiento defectuoso de los sistemas alimentarios y la distribución desigual de los recursos impiden que gran parte de las poblaciones actuales dispongan de recursos y conocimientos suficientes para cubrir todas sus necesidades nutricionales. Sin embargo, cabe señalar que esta imagen de la prevalencia de la malnutrición en las poblaciones femeninas e infantiles actuales, descrita por las organizaciones internacionales, contribuye a sostener una imagen sesgada de la nutrición en general y justifica la intervención de estas organizaciones en las sociedades menos desarrolladas al nivel de mujeres y niños, apoyándose en una preocupación genuina, aunque mal interpretada, por la salud de la población en general. Estos discursos apuntan a las consecuencias superficiales de la malnutrición, pero no buscan minimizar las desigualdades subyacentes que dan lugar a esa situación.

La OMS y la FAO se refieren a las necesidades nutricionales de las mujeres en términos de cómo sus requerimientos nutricionales específicos difieren de los del cuerpo *estándar* (masculino). Al mismo tiempo, sostienen que las mujeres son las encargadas de gestionar los recursos alimentarios de su grupo y de realizar las tareas domésticas y de cuidados, por lo que se cree que se encuentran en una posición ventajosa para luchar contra la malnutrición. Las organizaciones internacionales refuerzan estas dos ideas: necesidades nutricionales particulares y la posición "privilegiada" de las mujeres. No obstante, como hemos mencionado anteriormente, a través de este discurso se impone sobre los hombros de quienes se consideraban "vulnerables" el peso de revertir las condiciones que generan esa vulnerabilidad.

La combinación entre las necesidades nutricionales específicas de las mujeres a lo largo de sus ciclos vitales, su menor acceso a recursos, la falta de información nutricional, así como también desigualdades de género, sociales y económicas, son algunas de las causas de la situación actual, de acuerdo con estas organizaciones. En cuanto a las necesidades nutricionales de las mujeres, las narrativas siguen basándose en cifras relacionadas con nutrientes específicos (el hierro, por ejemplo, es el elemento más referenciado) y destacan las diferencias entre sus necesidades y las de los varones. Por otro lado, las ideas sobre la influencia de la nutrición materna en la descendencia durante el embarazo —por ejemplo, en el marco de la teoría de la programación nutricional y las ideas respecto de los efectos intergeneracionales de la malnutrición— han despertado el interés por intervenir en esta etapa, puesto que permite tratar al mismo tiempo a la población femenina y a la infantil. Sin embargo, como hemos visto, las conexiones nutricionales entre las biologías materna y fetal no son directas, ya que existen mecanismos fisiológicos que regulan el intercambio de nutrientes entre ambas y ofrecen cierta amortiguación a las cambiantes condiciones ambientales y nutricionales de la madre. Pasar por alto estos aspectos del funcionamiento de la nutrición materno-fetal en la aplicación de los programas de intervención nutricional redunda en el fracaso de los objetivos de estas organizaciones.

La seguridad alimentaria se entiende como el acceso a información y a recursos, pero al mismo tiempo se reconoce que las mujeres sufren desigualdades de género, sociales y económicas. Estas organizaciones sólo se refieren brevemente a las causas de estas desigualdades. No obstante, la prevalencia de sistemas legales, productivos y sociales que refuerzan el poder masculino y la subyugación de las mujeres, y que constituyen el verdadero núcleo del problema, no son abordados. Aún más, más allá de las condiciones materiales específicas de los diferentes países en los que operan, las narrativas que sustentan y justifican la intervención en la nutrición de la población al nivel de mujeres y niños, dejando de lado a la población masculina, contribuyen a profundizar las desigualdades de género existentes. Las mujeres y los niños no son *inherentemente "*vulnerables", sino que son *vulnerados* como consecuencia de la combinación de sus condiciones materiales de vida y la construcción discursiva de su *fragilidad* a través de las narrativas de estas organizaciones. Antes que cuestionar las razones de la situación de desigualdad entre hombres y mujeres en materia de nutrición, estos discursos contribuyen a justificar las intervenciones en el punto en que los problemas que causaron el estado de malnutrición ya no pueden repararse.

El conocimiento y la información son dos aspectos que precisan ser incluidos en conexión con la nutrición. Actualmente, las intervenciones nutricionales se inician con la evaluación del estado nutricional de una población a través del uso de marcadores antropométricos, que constituyen indicadores indirectos de malnutrición. Es decir que los resultados de estas evaluaciones pueden indicar que un individuo no se ha desarrollado de acuerdo con lo esperado, pero no proporcionan información sobre las causas de esa situación. Una vez determinado el estado nutricional, el siguiente paso es la suplementación de macro y micronutrientes, y la realización de controles clínicos periódicos. No obstante, los contextos materiales específicos en los que las poblaciones que sufren de malnutrición viven y producen sus alimentos no son considerados. En lugar de abordar las costumbres alimentarias tradicionales de cada grupo y ayudarles a delinear prácticas dietéticas nutricionalmente adecuadas, el suministro de suplementos de nutrientes a medida, aunque puede ayudar en casos urgentes, no contribuye a reforzar la nutrición de una población.

La definición tridimensional de nutrición nos permite dejar atrás ideas sobre la nutrición humana que la interpretan como un conjunto de requerimientos específicos, contribuyendo, en cambio a entenderla como el resultado de la combinación entre las necesidades cambiantes de las personas, los vínculos sociales que organizan todas las etapas de la alimentación (desde la producción hasta el consumo) y las formas en que se utiliza el entorno natural para esos fines. Este marco alternativo puede resultar útil para comprender más acabadamente las causas de la actual situación nutricional mundial y delinear mejores estrategias para superarla, sin cargar la responsabilidad sobre los hombros de las personas que el propio sistema explota.

Conclusión

Necesidades, acceso y conocimientos constituyen tres elementos que han influido enormemente en la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano. Como hemos observado, los autores médicos integraron en sus discursos ideas socialmente compartidas respecto del funcionamiento de los cuerpos de las mujeres. La creencia de la existencia de una peculiar economía nutricional del cuerpo femenino, que permitía la creación de una nueva vida y proporcionaba la nutrición necesaria tanto durante el embarazo como después del nacimiento, era ampliamente aceptada. A su vez, la reflexión sobre las interacciones entre los cuerpos femeninos y los alimentos introdujeron la idea de una interrupción temporal de la nutrición normal de las mujeres durante el embarazo y la consecuente necesidad de realizar ajustes en la dieta, en función de cada ciclo vital. Por todo esto, podemos afirmar que existían en el mundo romano ideas respecto de las necesidades nutricionales de mujeres y niños pero que las mismas, antes que estar supeditadas a su estatus social, estaban guiadas por este conjunto de nociones socialmente operativas respecto de la especificidad del cuerpo femenino en relación con la nutrición y de las diferentes formas en que las mujeres establecían vínculos nutricionales con sus hijos.

En términos de acceso, la intervención activa de las mujeres en las actividades productivas y reproductivas implicaba la gestión de los recursos alimentarios e influía en la nutrición de su grupo. En este sentido, el grado variable de participación de las mujeres en el desempeño de labores productivas, domésticas, de mantenimiento y reproductivas probablemente tenía efectos sobre las decisiones que podían tomar en materia de alimentación y nutrición. De una forma u otra, la mayoría de las mujeres participaba al menos en una de estas actividades, e incluso es probable que la superposición de las diferentes formas de trabajos productivos y reproductivos fuera la norma. Por otra parte, la noción de *acceso* está también relacionada con la de *conocimiento*. La capacidad de identificar posibles fuentes de alimentos y medicinas, y conocer las formas adecuadas de recolección, almacenamiento, preparación y administración, resultaban fundamentales para garantizar la salud y la nutrición tanto de las propias mujeres como también de los demás miembros de su grupo. El conocimiento de los recursos y el acceso a los mismos eran elementos esenciales en las respuestas sociales ante la percepción de condiciones medioambientales perjudiciales. Ante una disrupción en los sistemas alimentarios, el conocimiento de fuentes de alimento alternativas, fácilmente disponibles y baratas podían sin duda marcar la diferencia.

Las condiciones de existencia de mujeres y niños variaban enormemente de acuerdo a los distintos entornos sociales, culturales y materiales en los que vivían, y resulta difícil precisar su combinación específica en cada caso debido tanto a la naturaleza cambiante de sus necesidades nutricionales a lo largo de sus vidas, como también a las variables condiciones materiales de cada individuo a lo largo del tiempo. Sin embargo, en términos generales, podemos suponer que las mujeres de clase alta tenían influencia sobre las decisiones de gestión relativas a la producción de alimentos en el contexto de sus propiedades rurales, aunque probablemente no se dedicaran ellas mismas a la manipulación y

preparación de los alimentos. Los aspectos prácticos de la administración y la preparación diaria de los alimentos, en cambio, seguramente estaban a cargo de otras mujeres, de clases más bajas. El peso de los discursos médicos y morales, a su vez, podría haber tenido un impacto considerable en las mujeres y niños de la élite. Éstos podían seguir las recomendaciones dietéticas de los autores médicos para mantener su salud y emplear nodrizas para la nutrición de sus bebés si así lo deseaban. Además, podrían haber tenido acceso a productos exóticos de manera de acatar palabra por palabra las recomendaciones médicas. Por su parte, las observaciones morales de los autores agrícolas y médicos dirigidas a las mujeres de clase alta apuntaban a su falta de compromiso con el tipo de actividades que la *naturaleza* les atribuía, tales como el desempeño de tareas de supervisión y dirección y la nutrición de sus hijos.

Las mujeres y los niños que vivían en hogares medianos y pequeños probablemente se dedicaran directamente al trabajo productivo y reproductivo, y participaran activamente en las decisiones relativas a la gestión de los recursos alimentarios de su grupo. El desempeño de estas actividades implicaba el conocimiento de las plantas y animales que formaban parte de sus actividades cotidianas, dado que la recolección, el almacenamiento y el uso de estos elementos constituían *prácticas habituales de subsistencia* para garantizar su nutrición y salud y las de su grupo. Es posible que las prescripciones moralistas de los tratados médicos y agrícolas influyeran poco en su vida cotidiana. Sin embargo, puesto que participaban en el contexto más amplio de la sociedad romana, los arreglos legales, políticos y sociales que sostenían la prevalencia de los varones podrían haberles afectado igualmente.

Vivir en el medio rural o en el urbano también tenía efectos sobre la forma en que se combinaban estos elementos. Las mujeres y los niños del medio rural tenían una relación más estrecha con el entorno natural y sabían utilizar los productos de la naturaleza para múltiples fines, aunque en caso de una disrupción en la producción de alimentos como consecuencia de acontecimientos políticos o medioambientales, y que sus prácticas habituales no fueran suficientes, su nutrición podía haber estado en peligro. La nutrición de las mujeres y los niños en el contexto urbano, en contraposición, se encontraba ligada a los ingresos de los miembros del hogar y a la compra de alimentos en el mercado o en establecimientos, dado que no tenían acceso a una parcela de tierra. Sin embargo, ante eventualidades podían apoyarse en las redes de contención sociales y cívicas.

Todo lo anterior no excluye la posibilidad de que la malnutrición fuera una característica de la vida de las mujeres y los niños en el mundo romano. Incluso hoy en día, con el estado actual de desarrollo de los sistemas alimentarios y los conocimientos biomédicos sobre la nutrición femenina e infantil, la malnutrición constituye un tema crucial. Sin embargo, no conocemos todavía hasta qué punto la malnutrición es una característica de las sociedades humanas en general, antes que de las mujeres y los niños en particular. El propósito de esta tesis no ha sido definir la adecuación o inadecuación de la nutrición de las mujeres y los niños en el pasado, sino ofrecer un marco para incluirlos a ambos como participantes activos de sus propias prácticas alimentarias y su nutrición.

El propósito de esta tesis ha sido revisar las ideas predominantes en el relato histórico respecto de la alimentación y nutrición de mujeres y niños en el mundo romano. A lo largo de los capítulos hemos ofrecido nuevas perspectivas para reflexionar sobre el tema tanto en la época romana, como en nuestros días. El marco tridimensional sugerido nos obliga a replantearnos la nutrición de mujeres y niños en el pasado teniendo en cuenta sus fisiologías específicas, las actividades que realizaban y las formas en que establecían interacciones con el entorno natural. A su vez, la reevaluación de los conocimientos actuales y de las ideas comúnmente compartidas sobre la nutrición, en particular de mujeres y niños, contribuye a iluminar y cuestionar el discurso androcéntrico predominante en las ciencias biomédicas, que influye enormemente en las explicaciones históricas. La revalorización del trabajo reproductivo de las mujeres —incluyendo la reproducción biológica pero también las actividades domésticas, de cuidado y mantenimiento— contribuye a su conceptualización como *trabajo*, y a su reconocimiento como "trabajo socialmente necesario" tanto en el pasado como en la actualidad. Por último, repensar la alimentación en el contexto de las interacciones humanas dinámicas con el medio ambiente abre nuevas perspectivas para entender la relación entre agentes humanos y no humanos, contribuyendo así a articular relatos no antropocéntricos del pasado. Todo lo anterior abre nuevas bases para reinterpretar las evidencias históricas y arqueológicas —con énfasis en las bioarqueológicas— desde un marco que entienda a las mujeres y a los niños como participantes activos de sus sociedades, e implicados directamente en la producción de alimentos.

Dado que la *vulnerabilidad* no es una característica inherente a mujeres y niños, sino el resultado del predominio masculino en los acuerdos sociales, legales y culturales operativos, es necesario dejar atrás las explicaciones simplistas que reducen todos los aspectos de su historia a la posición social que se les impone. En su lugar, la reflexión histórica puede beneficiarse de poner de relieve su agencia y la relevancia de su trabajo, a menudo invisibilizado e infravalorado.

Bibliografía

Ediciones y traducciones de las Fuentes Antiguas

Ash, H. B. (Ed.). (1934). An English Columella-Lucius Junius Moderatus Columella: On Agriculture. With a recension of the text and an English translation. In three volumes (Loeb Classical Library.) London: Heinemann. (English text available at: https://penelope.uchicago.edu/Thayer/E/Roman/Texts/Cato/De_Agricultura/A*.html)

Bostock, J., & Riley, H. T. (1855). Pliny the elder. The natural history. Taylor and Francis. London.

Brock, A. J. (1928). *Galen On the Natural Faculties with an English Translation*. W. Heinemann.
Gaos Schmidt, A. (2002). *Aulii Gelii Noctes atticae. Texto Latino y Español* (Vol. 2). UNAM.

Kühn, C. G. (1821- 1833). *Galen, Opera omnia*. Greek and Latin text. 20 volumes in 22. Cnobloch. *Lipsiae.*

López Salvá, M (2010) *El Uso de las Partes* (traducción), Madrid, Editorial Gredos.

Nisard, D. (1874). Les agronomes latins: Caton, Varron, Columelle, Palladius. Firmin-Didot frères, fils et cie.

Powell, O*. (2003). Galen on the Properties of Foodstuffs.* Cambridge University Press

Rackham, H., Jones, W. H. S. and Eichholz, D. E. (1962 - 1971) *Pliny the Elder, Natural history In ten volumes*. Cambridge, Harvard University Press / London, Heinemann.

Rolfe, J. C. (1927). Aulus Gellius: The Attic Nights (The Loeb Classical Library). 3 vols. Accesible online at Lacus Curtius http://penelope.uchicago.edu/Thayer/E/Roman/Texts/Gellius/home.html

Schniebs, A., Nenadic, R., Palacios, J., Pozzi, M., Diez, V., Daujotas, G. (2016) Moretum: poema pseudovirgiliano. Edición bilingüe con estudio preliminar. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Editorial de la Facultad de Filosofía y Letras Universidad de Buenos Aires

Temkin, O. (1956) *Soranus' Gynecology*. Baltimore: The Johns Hopkins Press.

Venables, R. (1837). *A literal Interlineal translation of the first four books of Celsus* De Medicina. Sherwood, Gilbert and Piper. London.

Wilkins, J. (2013). *Sur les facultés des aliments*. Texte établi et traduit par J. W. Paris, Les Belles Lettres.

Literatura secundaria

Abdou, R. M., & Fathey, M. (2018). Evaluation of early postpartum fenugreek supplementation on expressed breast milk volume and prolactin levels variation. *Egyptian Pediatric Association Gazette*, *66*(3), 57-60.Ash, H. B. (Ed.). (1934).An English Columella-Lucius Junius Moderatus Columella: On Agriculture. With a recension of the text and an English translation. In three volumes

Advani, S., Kochhar, G., Chachra, S., & Dhawan, P. (2014). Eating everything except food (PICA): A rare case report and review. *Journal of International Society of Preventive & Community Dentistry*, *4*(1), 1.

Agarwal, S. C. (2012). The past of sex, gender, and health: Bioarchaeology of the aging skeleton. *American Anthropologist*, *114*(2), 322-335.

Ah-King, M. (Ed.). (2013). *Challenging popular myths of sex, gender and biology*. Springer Science & Business Media.

Alarcon Basurto, S. G. (2020). Iron-Deficiency Anaemia (IDA): Socio-Cultural Misconceptions Intersect the Health of Vulnerable Populations in Developing Countries. University Honors Thesis. Paper 840. https://doi.org/10.15760/honors.859

Allen, L.H. (2005) Pregnancy. Nutrient Requirements. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Allen, L.H. and Graham, J.M. (2005) Dietary Guidelines and Safe Supplement Use. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Allen, L.H. and Graham, J.M. (2005) Weight Gain. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Aly, A. A. (1996). The wet nurse: A study in ancient medicine and Greek papyri. *Vesalius*, *2*(2), 86-97.

Amouretti, M. C. (1986). *Le pain et l'huile dans la Grèce antique* (Vol. 328, No. 1). Persée-Portail des revues scientifiques en SHS. DOI : https://doi.org/10.3406/ista.1986.1792

André, J. (1961). *L'alimentation et la cuisine à Rome.* Les Belles Lettres.

Angelis, F. D., Veltre, V., Varano, S., Romboni, M., Renzi, S., Zingale, S., ... & Martínez-Labarga, C. (2020). Dietary and weaning habits of the Roman community of Quarto Cappello del Prete (Rome, 1st-3rd century CE). *Environmental Archaeology*, 1-15.

Anthropometry, Physical Anthropology, and the Reconstruction of Ancient Health, Nutrition, and Living Standards(Kron, 2014)

Ariès, P. (1960). L'Enfant et la vie familiale sous l'Ancien Régime, Plon. *İngilizcesi: Centuries*.

Arnott, R. (2005). Disease and the prehistory of the Aegean. In King, H. (Ed.) *Health in Antiquity* (pp. 34-53). Routledge.

Atkinson, S.A. (2005) Nutritional Requirements. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Aymard, M. (1975). Pour l'histoire de l'alimentation : quelques remarques de méthode. *Annales. Économies, Sociétés, Civilisations. 30e année (N. 2-3),* 431-444.

Bacalexi, D. (2005). Responsabilités féminines: sages-femmes, nourrices et mères chez quelques médecins de l'Antiquité et de la Renaissance. *Gesnerus*, *62*, 5-32.

Bagley, A. M. (2017). *Roman children in the early empire: a distinct epidemiological and therapeutic category?* (Doctoral dissertation, University of Birmingham).

Bagnall, R. and Frier, B. (2006). *The demography of Roman Egypt*. Cambridge

Bailey, A. (2012). Medicina Domestica: Medicine and Power in the Urban and Non-Urban Roman Household. Master of Arts sub-thesis dissertation. Australian National University.

Ballard O, Morrow A.L. (2013) Human milk composition: nutrients and bioactive factors. Pediatr Clin North Am. Feb;60(1):49-74. doi: 10.1016/j.pcl.2012.10.002. PMID: 23178060; PMCID: PMC3586783

Bauman, R. A. (2002). *Women and politics in ancient Rome*. Routledge.

Beagon, M. (1996). Nature and views of her landscapes in Pliny the Elder. *Human landscapes classical antiquity: environment and culture, London-New York*, 284-309.
Beagon, M. (2005) *The Elder Pliny on the human animal: natural history book 7*. Oxford University Press.

Beauman, C. et. al. (2005). The giessen declaration. *Public Health Nutrition*, *8*(6 A), 783-786.

Beaumont, L. A., Dillon, M., & Harrington, N. (Eds.). (2020). *Children in Antiquity: Perspectives and Experiences of Childhood in the Ancient Mediterranean*. Routledge.

Becker, H. (2016). Roman Women in the Urban Economy: Occupations, social connections, and gendered exclusions. *Women in Antiquity*, 951-967.

Beneria, L., & Sen, G. (1981). Accumulation, reproduction, and women's role in economic development: Boserup revisited. *Signs: Journal of women in culture and society*, *7*(2), 279-298.

Berdowski, P. (2007). Some remarks on the economic activity of women in the Roman Empire: A research problem. *In: Haec mihi in animis vestris templa. Studia Classica in Memory of Professor Lesław Morawiecki, ed. by P. Berdowski & B. Blahaczek*, Rzeszów, pp. 283-298,

Berg, R. (2016). Dominae apothecarum. Gendering Storage Patterns in Roman Houses. In: R. Berg, (Ed.) *The Material Sides of Marriage: Women and Domestic Economies in Antiquity*. (p. 175-190) Roma: Institutum Romanum Finlandiae.

Biltekoff, C. (2012). Critical nutrition studies. *The Oxford handbook of food history*, 172-190.

Bisel, C. (1991). The human skeletons of Herculaneum. *International Journal of Anthropology*, *6*(1), 1-20.

Bisel, S. (1986). The people of Herculaneum AD 79. *Helmantica: Revista de filología clásica y hebrea*, *37*(112), 11-23.

Bisel, S. C. (1988). Nutrition in first century Herculaneum. *Anthropologie (1962-)*, 61-66.

Blok, J. (1987). Sexual asymmetry: a historiographical essay. In: Blok, J., & Mason, P. (Eds.). . *Sexual Asymmetry: Studies in Ancient Society*. Amsterdam: JC Gieben.

Bondioli, L. et al. (2016) Diet and health in Central-Southern Italy during the Roman Imperial time. *Acta Imeko*, 2016, vol. 5, no 2, p. 19-25.

Bosi, G., Castiglioni, E., Rinaldi, R., Mazzanti, M., Marchesini, M., & Rottoli, M. (2020). Archaeobotanical evidence of food plants in Northern Italy during the Roman period. *Vegetation History and Archaeobotany*, *29*(6), 681-697.

Bourbou, C., & Garvie-Lok, S. (2015). Bread, oil, wine, and milk: Feeding infants and adults in Byzantine Greece. *Archaeodiet in the Greek world: Dietary reconstruction from stable isotope analysis. Princeton, NJ: Hesperia supplement*, *49*, 171-194.

Bourbou, C., Fuller, B. T., Garvie-Lok, S. J., & Richards, M. P. (2013). Nursing mothers and feeding bottles: reconstructing breastfeeding and weaning patterns in Greek Byzantine populations (6th–15th centuries AD) using carbon and nitrogen stable isotope ratios. *Journal of Archaeological Science*, *40*(11), 3903-3913.

Bradley, K (1980) "Sexual regulations in wet-nursing contracts from Roman Egypt." *Klio-Beiträge zur Alten Geschichte* 62, pp. 321-326.

Bradley, K. (1994). The Nurse and the Child at Rome. Duty, Affect and Socialisation. *Thamyris, 1,2,1994*, 137-156.

Bradley, K. (1986) "Wet-nursing at Rome: a study in social relations." *The family in ancient Rome: new perspectives*, pp. 201-29.

Bradley, K. (1991). The social role of the nurse in the Roman world. *Discovering the Roman Family: Studies in Roman Social History*, pp. 13-36.

Bradley, M., Leonard, V., & Totelin, L. (2021). *Bodily fluids in antiquity* (p. 452). Taylor & Francis.

Branca, F., Piwoz, E., Schultink, W., & Sullivan, L. M. (2015). Nutrition and health in women, children, and adolescent girls. *Bmj*, *351*.

Breehl L, Caban O. Physiology, Puberty. [Updated 2022 Apr 5]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534827/

Briend, A. & Nestel, P. (2005) Malnutrition. Primary, Causes Epidemiology and Prevention. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Broekaert, W. (2019). Wine and other beverages. In: Erdkamp P, Holleran C (Eds) *The Routledge handbook of diet and nutrition in the Roman world*. Routledge, Taylor & Francis Group.

Broekaert, W., & Zuiderhoek, A. J. (2012). Food systems. In: Erdkamp, P. (Ed.) *A cultural history of food in Antiquity* (Vol. 1, pp. 41-56). Berg.

Brothwell, D. R., & Brothwell, P. (1969). *Food in antiquity: a survey of the diet of early peoples.* JHU Press.

Brown, M. (2011). Grain, pulses and olives: An attempt toward a quantitative approach to diet in ancient Rome. *Journal of the Washington Academy of Sciences*, *97*(1), 1-24.

Brunt, P. A. (1987) Italian manpower 225 bc – ad 14, 2nd edition. Oxford. First edition 1971.

Bryant J, Thistle J. (2022) Anatomy, Colostrum. In: StatPearls. StatPearls Publishing, Treasure Island (FL); 2022. PMID: 30020628.

Butler, J. (1990). *Gender Trouble*. Routledge.

Butler, J. (2007). *El género en disputa: el feminismo y la subversión de la identidad.* Paidós.

Bzikowska-Jura, A., Czerwonogrodzka-Senczyna, A., Olędzka, G., Szostak-Węgierek, D., Weker, H., & Wesołowska, A. (2018). Maternal nutrition and body composition during breastfeeding: association with human milk composition. *Nutrients*, *10*(10), 1379.

Caballero, B. (2005). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Cai, J., Ren, T., Lu, J., Wu, J., Mao, D., Li, W., ... & Yang, X. (2020). Physiologic requirement for iron in pregnant women, assessed using the stable isotope tracer technique. *Nutrition & metabolism*, *17*(1), 1-9.

Calik-Ksepka, A., Stradczuk, M., Czarnecka, K., Grymowicz, M., & Smolarczyk, R. (2022). Lactational amenorrhea: neuroendocrine pathways controlling fertility and bone turnover. *International Journal of Molecular Sciences*, *23*(3), 1633.

Cannon, G., & Leitzmann, C. (2005a). The new nutrition science project. *Public Health Nutrition*, *8*(6a), 673-694.

Cannon, G., & Leitzmann, C. (2005b). Dimensions, domains and principles of the new nutrition science. *PUBLIC HEALTH NUTRITION-CAB INTERNATIONAL-*, *8*(6A), 787.

Cannon, G., & Leitzmann, C. (2006). The new nutrition science project. *Scandinavian Journal of Food and Nutrition*, *50*(1), 5-12.

Cañizar Palacios, J. L. (2012). *Domina* y *vilica*: espacio vital femenino en el *De Agricultura* catoniano". *Habis, 43, 83-99*.

Carroll, M. (2018). *Infancy and earliest childhood in the Roman world. 'A fragment of time'.* Oxford: Oxford University Press.

Castilho, S. D., & Barros Filho, A. D. A. (2010). The history of infant nutrition. *Jornal de pediatria*, *86*, 179-188.

Centlivres, Challet, C. E. (2017). Roman Breastfeeding. *Arethusa*, *50*(3), 369-384.

Cid López, R. M. (2016). Madres sustitutas y oficios femeninos. Nodrizas y niñeras en la Roma antigua. In: Delgado Hervás, A. and Picazo Gurina, M. (eds.). *Los trabajos de las mujeres en el mundo antiguo. Cuidado y mantenimiento de la vida*. Tarragona: ICAC, 2016. Serie Hic et Nunc, 8, 165 pp. ISBN 978-84-9420347-3

Cilliers, L. & Retief, F. P. (2006). Lead poisoning in ancient Rome. *Acta Theologica*, *26*(2), 147-164.

Cilliers, L. (2019). Cherchez la Femme: Three Infamous Poisoners of Ancient Rome. In *Toxicology in Antiquity* (pp. 313-326). Academic Press.

Cilliers, L., & Retief, F. (2019). Lead poisoning and the downfall of Rome: Reality or myth? In *Toxicology in Antiquity* (pp. 221-229). Academic Press.

Cocozza, C., Fernandes, R., Ughi, A., Groß, M., & Alexander, M. M. (2021). Investigating infant feeding strategies at Roman Bainesse through Bayesian modelling of incremental dentine isotopic data. *International Journal of Osteoarchaeology*, *31*(3), 429-439.

Colominas, L., Schlumbaum, A., & Saña, M. (2014). The impact of the Roman Empire on animal husbandry practices: study of the changes in cattle morphology in the north-east of the Iberian Peninsula through osteometric and ancient DNA analyses. *Archaeological and anthropological sciences*, *6*(1), 1-16.

Connell, S. M. (2000). Aristotle and Galen on sex difference and reproduction: a new approach to an ancient rivalry. *Studies in History and Philosophy of Science*, *31*(3), 405-427.

Cool, H. E. (2006). *Eating and drinking in Roman Britain*. Cambridge University Press.

Corbier, M. (1989). Le statut ambigu de la viande à Rome. *Dialogues d'histoire ancienne*, *15*(2), 107-158.

Craig, O. E., Biazzo, M., O'Connell, T. C., Garnsey, P., Martinez-Labarga, C., Lelli, R., Fiammenghi, A. (2009). Stable isotopic evidence for diet at the Imperial Roman coastal site of Velia (1st and 2nd Centuries AD) in Southern Italy. *American Journal of Physical Anthropology: The Official Publication of the American Association of Physical Anthropologists*, *139*(4), 572-583.

Crowe, Fiona, et al. (2010) Water-related occupations and diet in two Roman coastal communities (Italy, first to third century AD): Correlation between stable carbon and nitrogen isotope values and auricular exostosis prevalence. *American Journal of Physical Anthropology*, vol. 142, no 3, 355-366.

Curtis, R. I. (2001). *Ancient food technology* (Vol. 5). Brill.

Dasen, V. (2010) "Des nourrices grecques à Rome?" *Paedagogica Historica* 46, no. 6, pp. 699-713.

Dasen, V. (2012). Construire sa parenté par la nourriture à Rome. In: V. Dasen y M.C. Gérard-Zai (Eds.) *Art de manger, art de vivre. Nourriture et société de l'Antiquité à nos jour* (p. 40-59). Gollion: Infolio.

de Ligt, L. (1993) Fairs and Markets in the Roman Empire. Economic and Social Aspects of Periodic Trade in Pre-industrial Society. Amsterdam: Gieben.

De Paula Filho GX, Barreira TF, Pinheiro-Sant'Ana HM. Chemical Composition and Nutritional Value of Three *Sonchus* Species. Int J Food Sci. 2022 Mar 3;2022:4181656. doi: 10.1155/2022/4181656. PMID: 35282307; PMCID: PMC8913140.

Dean-Jones, L. (1994). Medicine: The 'Proof' of Anatomy. In: Fantham, E., Foley, H. P., Kampen, N. B., Pomeroy, S. B., & Shapiro, H. A. (1994). *Women in the classical world: image and text*. Oxford University Press. pp. 184-205.

Desai NM, Tsukerman A. (2021) Vaginal Delivery. [Updated 2023 Feb 4]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559197/

Dimopoulou, A. (1999). Medica, Obstetrix, Nutrix: Les femmes dans les métiers médicaux et paramédicaux dans l'antiquité grecque et romaine. In: *Saitabi*, No. 49: 273-287

Dixon, S. (1992). *The Roman Family*. JHU Press.

Dixon, S. (2003). Sex and the married woman in ancient Rome. *Early Christian Families in context: An interdisciplinary dialogue*, 111-29.

Dixon, S. (Ed.). (2005). *Childhood, class and kin in the Roman world*. Routledge.

Dixon, S. (2014). *The Roman Mother (Routledge Revivals)*. Routledge.

Doherty TM, Hu A, Salik I. (2021) Physiology, Neonatal. [Updated 2022 Apr 28]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539840/

Domanska, E. (2010). Beyond anthropocentrism in historical studies. *Historein*, *10*, 118-130.

Donahue, J.F. (2004) *The Roman Community at Table during the Principate*. University of Michigan Press.

Donovan and Bordoni (2002), Embryology, Yolk Sac. StatPearls [Internet]. Accesible at: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK555965/.

Donovan MF, Cascella M. Embryology, Weeks 6-8. (2020) [Updated 2022 Oct 10]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK563181/

Dupras, T. L., Schwarcz, H. P., y Fairgrieve, S. I. (2001). Infant feeding and weaning practices in Roman Egypt. *American Journal of Physical Anthropology: The Official Publication of the American Association of Physical Anthropologists*, *115*(3), 204-212.

Engels, F. (1884). *The Origin of the Family, Private Property, and the State*. Marx/Engels Selected Works.

Erdkamp, P. (2005). *The grain market in the Roman Empire: a social, political and economic study*. Cambridge University Press.

Erdkamp, P. (Ed.) (2012). *A cultural history of food. Volume 1. Antiquity*. Berg.

Erdkamp, P. (2015). Seasonal labour and rural–urban migration in Roman Italy. In *Migration and mobility in the early Roman Empire* (pp. 33-49). Brill.

Erdkamp, P. (2016). Economic growth in the Roman Mediterranean world: An early good-bye to Malthus?. *Explorations in Economic History*, *60*, 1-20.

Erdkamp, P. (2019). Famine and hunger in the Roman world. In: Erdkamp, P., & Holleran, C. (Eds.) The Routledge handbook to diet and nutrition in the Roman world (pp. 296-307). Routledge.

Erdkamp, P. (2019). War, Food, Climate Change, and the Decline of the Roman Empire. *Journal of Late Antiquity 12*(2), 422-465. doi:10.1353/jla.2019.0021.

Erdkamp., P (2021) Introduction. In: .Erdkamp., P., Manning, J. G., & Verboven, K. . *Climate change and ancient societies in Europe and the near East*. Springer International Publishing.

Erdkamp, P. (2022) Climate, carrying capacity and society: the quest for universal truths. In: Brysbaert, A., Pakkanen, J., & Vikatou, I. (Eds.) *Shaping cultural landscapes: connecting agriculture, crafts, construction, transport, and resilience strategies*. Sidestone Press.

Etkin, N. L. (1993). Ethnopharmacologic perspectives on diet and medicine in northern Nigeria. *Curare*, *16*(3-4), 207-210.

Etkin, N. L., & Ross, P. J. (1982). Food as medicine and medicine as food: an adaptive framework for the interpretation of plant utilization among the Hausa of northern Nigeria. *Social Science & Medicine*, *16*(17), 1559-1573.

Evan Grubbs, J. (2002). *Women and the Law in the Roman Empire. A Soucebook on Marriage, Divorce and Widowhood.* Routledge.

Fan, H. Y., Tung, Y. T., Yang, Y. C. S., Hsu, J. B., Lee, C. Y., Chang, T. H., ... & Chen, Y. C. (2021). Maternal vegetable and fruit consumption during pregnancy and its effects on infant gut microbiome. *Nutrients*, *13*(5), 1559.

Fantham, et al. (1995). *Women in the classical world: image and text*. Oxford University Press.

Fanzo, J., Bellows, A. L., Spiker, M. L., Thorne-Lyman, A. L., & Bloem, M. W. (2021). The importance of food systems and the environment for nutrition. *The American Journal of Clinical Nutrition*, *113*(1), 7-16.

Federici, S. (2018). *El patriarcado del salario. Críticas feministas al marxismo.* Traficantes de Sueños. Madrid.

Federici, S. (2019). Social Reproduction Theory: History, Issues, and Present Challenges. *Radical Philosophy*, *2*(4), 55-57.

Finn, S., Culligan, E. P., Snelling, W. J., & Sleator, R. D. (2018). Early life nutrition. *Science Progress*, *101*(4), 332-359.

Flemming, R. (2000). *Medicine and the Making of Roman Women: gender, nature, and authority from Celsus to Galen*. Unknown Publisher.

Flemming, R. (2021). One-seed, two-seed, three-seed?: Reassessing ancient theories of generation by Rebecca Flemming. In Bodily Fluids in Antiquity. Taylor & Francis.

Fogel, R. W. (1986). Nutrition and the decline in mortality since 1700: some preliminary findings. In: *Long-term factors in American economic growth* (pp. 439-556). University of Chicago Press.

Fogel, R. W., & Engerman, S. L. (1974). *Time on the Cross: Evidence and Methods, a Supplement* (Vol. 2). Little Brown & Company.

Ford, E. L., Underwood, M. A., & German, J. B. (2020). Helping mom help baby: nutrition-based support for the mother-infant dyad during lactation. *Frontiers in nutrition*, *7*, 54.

Foucault, M. (1985). *The history of sexuality, Vol. 2: The use of pleasure*. Vintage.

Foucault, M. (1988). *The history of sexuality, Vol. 3: The care of the self* . Vintage.

Fox, S. C. (2012). The Bioarchaeology of Children in Graeco–Roman Greece. *L'enfant et la mort dans l'Antiquité (EMA) II. Types de tombes et traitement du corps des enfants dans l'antiquité gréco–romaine*, 409-427.

Foxhall, L. (1990). The dependent tenant: land leasing and labour in Italy and Greece. *The Journal of Roman Studies*, *80*, 97-114.

Foxhall, L., & Forbes, H. A. (1982). Sitometreia: the role of grain as a staple food in classical antiquity. *Chiron*, *12*, 41-90.

Foxhall, L., & Salmon, J. (2013). *When men were men: Masculinity, power and identity in classical antiquity*. Routledge.

Frayn, J. M. (1979). *Subsistence Farming in Roman Italy*. Centaur Press.

Frier, B. W. (1994). Natural fertility and family limitation in Roman marriage. *Classical Philology*, *89*(4), 318-333.

Frisch, R.E. (2005) Fertility In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Galatas, C. (2007). Snow White's Apple And Claudius' Mushrooms: A Look at the Use of Poison in the Early Roman Empire. *În: Hirundo, VI*, *8*, 7-17.

Gardner, J. (1986) *Women in Roman Law and Society*. Groom Helm.

Gardner, J. y Wiedemann, T. (Eds.) (1991) *The Roman Household: A Sourcebook*. Routledge.

Garnsey, P. (1988). *Famine and food supply in the Graeco-Roman world*. Cambridge University Press.

Garnsey, P. (1998). *Cities, peasants and food in classical antiquity: Essays in social and economic history*. Cambridge University Press

Garnsey, P. (1999). *Food and society in classical antiquity*. Cambridge University Press.

Garnsey, P., Saller, R. (2015). *The Roman Empire: economy, society and culture*. Univ of California Press.

Gilchrist, R. (2009). Sex and gender. In: Gosden, C., Joyce, R. A., & Cunliffe, B. (Eds.). (2009). *The Oxford handbook of archaeology*. Oxford University Press. pp. 1029–1047.

Gismondi, A., D'Agostino, A., Di Marco, G., Scuderi, F., De Angelis, F., Rickards, O., ... & Canini, A. (2020). Archaeobotanical record from dental calculus of a Roman individual affected by bilateral temporo-mandibular joint ankylosis. *Quaternary International*.

Goldberg, G.R. (2005) Energy Requirements and Metabolic Adaptations. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

González Gutiérrez, P. D. L. Á. (2015). *El vientre controlado: anticoncepción y aborto en la sociedad romana*. PhD. Thesis. Universidad Complutense de Madrid.

González-Marcén, P., Montón-Subías, S., Picazo, M., & Sánchez-Romero, M. (2008). Engendering Social Dynamics: The Archaeology of Maintenance Activities. *BAR International Series*.

Goodchild, H. (2007). *Modelling Roman Agricultural Production in the Middle Tiber Valley, Central Italy* (Doctoral Thesis). University of Birmingham.

Goody, J. (1982). *Cooking, cuisine and class: a study in comparative sociology*. Cambridge University Press.

Gowers, E. (1993). *The Loaded Table: Representations of Food in Roman Literature.* Oxford University Press.

Gowland, R. L., & Redfern, R. C.(2011). A bioarchaeological perspective on the preadult stages of the life-course: implications for the care and health of children in the Roman Empire. En: Harlow, M. y Larsson Loven, L. *Families in the Roman and Late Antique Roman World.* (pp. 111-140). Londres: Bloomsbury Publishing.

Gowland, R., & Redfern, R. (2010). Childhood health in the Roman World: perspectives from the center and margin of the Empire. *Childhood in the Past*, *3*(1), 15-42.

Green, M. (2020). Butcher Blocks, Vegetable Stands, and Home-Cooked Food: Resisting Gender and Class Constructions in The Roman World. *Arethusa*, *53*(2), 115-132.

Green, M. H. (2002) Defining Women´s Health: an Interdisciplinary Dialogue Background. Version posted on Defining Women's Health website, 04/15/2002. Accesible at: https://www.academia.edu/4613897/Monica_H_Green_Defining_Women_s_Health_An_Interdisciplinary_Dialogue_Background_2002_

Guillamón, C. F. (2003). Mujer, comercio y empresa en algunas fuentes jurídicas, literarias y epigráficas. *Revue internationale des droits de l'Antiquité*, *50*, 156-193.

Haggarty, P. (2005) Pregnancy. Role of Placenta in Nutrient Transfer. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Hallett, J. P., Skinner, M. B., & Skinner, M. (Eds.). (1997). *Roman sexualities*. Princeton University Press.

Halstead, P. (1989). *Bad year economics: cultural responses to risk and uncertainty*. Cambridge Univ. Press.

Halstead, P. (2012). Food Production. In: Erdkamp, P. (Ed.) *A cultural history of food in Antiquity* (Vol. 1, pp. 41-56). Berg.

Harlow, M., & Laurence, R. (2002). *Growing up and growing old in ancient Rome: a life course approach*. Routledge.

Harlow, M., & Loven, L. L. (Eds.). (2011). *Families in the Roman and late antique world*. Bloomsbury Publishing.

Harper, K. (2017). The fate of Rome. In *The Fate of Rome*. Princeton University Press.

Hawkins, I. W. (2019). The diet, health, and environment trilemma. In *Environmental Nutrition* (pp. 3-25). Academic Press.

Hawley, R., Levick, B., & Levick, B. (1995) *Women in antiquity: New assessments.* Routledge.

Hegde, S., Kamath, J. S., Ajila, V., & Subhas, G. B. (2019) Bilateral temporomandibular joint ankylosis. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, *13*(1), 103-106.

Heinrich, F., (2019) Cereals and bread. In: Erdkamp P, Holleran C (Eds) *The Routledge handbook of diet and nutrition in the Roman world.* (pp 101–115) Routledge, Taylor & Francis Group.

Heinrich, F. B. J., & Wilkins, D. A. (2014). Beans, boats and archaeobotany. a new translation of phasolus or why the romans ate neither kidney beans nor cowpeas. *Palaeohistoria*, *55*(56), 149-176.

Heinrich, F., & Erdkamp, P. (2018). The role of modern malnutrition in modelling Roman malnutrition: Aid or anachronism? *Journal of Archaeological Science: Reports*, *19*, 1016-1022.

Heinrich, F., & Hansen, A. M. (2018). Pulses. In: Erdkamp, P., & Holleran, C. (Eds.) *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World* (pp. 116-128). Routledge.

Heinrich, F., & Hansen, A. M. (2021). A Hard Row to Hoe: Ancient Climate Change from the Crop Perspective. In: Erdkamp., P., Manning, J. G., & Verboven, K. *Climate change and ancient societies in Europe and the near East*. Springer International Publishing. *Climate Change and Ancient Societies in Europe and the Near East: Diversity in Collapse and Resilience* (pp. 25-80). Cham: Springer International Publishing.

Heinrich, F., Hansen, A. M., & Erdkamp, P. (2021). Roman isotopes and economic meaning: millets, manure, mobility, marine signals, and Malthus. *Archaeological and Anthropological Sciences*, *13*, 1-13.

Hemelrijk, E. A. (2002). *Matrona docta: educated women in the Roman élite from Cornelia to Julia Domna*. Routledge.

Hemelrijk, E. (2013). Female munificence in the cities of the Latin West. In: Woolf, G., & Hemelrijk, E. A. (Eds.) *Women and the Roman city in the Latin West* (pp. 65-84). Brill, pp. 65-84.

Hemelrijk, E. (2015). *Hidden lives, public personae: women and civic life in the Roman west*. Oxford University Press.

Hemelrijk, E. A. (2020). *Women and Society in the Roman World: A Sourcebook of Inscriptions from the Roman West*. Cambridge University Press.

Hemelrijk, E., & Woolf, G. (Eds.). (2013). *Women and the Roman city in the Latin West*. Brill.

Herrick EJ, Bordoni B. Embryology, Placenta. (2019) [Updated 2022 May 8]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK551634/

Hewera, K. B. (2012). *Frauenleiden, Schwangerschaft und Geburt in der Naturalis Historia von Plinius dem Älteren (23/24-79 n. Chr.)* (Doctoral dissertation, Technische Universität München).

Hin, S. (2013). *The demography of Roman Italy: Population dynamics in an ancient conquest society 201 BCE–14 CE*. Cambridge University Press.

Hobson, M. S. (2015), “The African Boom: The Origins of Economic Growth in Roman North Africa”, en P. Erdkamp, K. Verboven and A, Zuiderhoek (eds.), Ownership and Exploitation of Land and Natural Resources in the Roman World (pp. 207-232). Oxford University Press.

Holleran, C. & Erdkamp, P. (Eds.). (2019). *The Routledge Handbook of diet and nutrition in the Roman World*. Routledge, Taylor & Francis Group.

Holleran, C. (2013). Women and Retail in Roman Italy. In *Women and the Roman City in the Latin West* (pp. 313-330). Brill.

Holleran, C. (2016) Representations of food hawkers in Ancient Rome. In: Calaresu M, van den Heuvel D., (Eds.), Food Hawkers: Selling in the Street from Antiquity to the Present. Routledge, London 2016, pp. 19 - 42

Holleran, C. (2017). Finding commerce: the taberna and the identification of Roman commercial space. *Papers of the British School at Rome*, *85*, 143-170.

Holleran, C. (2019). Market regulation and intervention in the urban food supply. In *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World* (pp. 283-295). Routledge.

Holman, L. (2015). *Roman Freedwomen: Their Occupations and Identity*. Masters Thesis. Chapel Hill.

Horden, P. and N. Purcell. (2000). *The Corrupting Sea: A Study of Mediterranean History*. Wiley-Blackwell.

Hua, Y., Xu, X. X., Guo, S., Xie, H., Yan, H., Ma, X. F., ... & Duan, J. A. (2022). Wild jujube (Ziziphus jujuba var. spinosa): A review of its phytonutrients, health benefits, metabolism, and applications. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, *70*(26), 7871-7886.

James, S. L., & Dillon, S. (Eds.) *(2015). A companion to women in the ancient world (Vol. 95).* John Wiley & Sons.

Jashemski, W. F. (1999). *A Pompeian herbal: ancient and modern medicinal plants*. University of Texas Press.

Jasny, N. (1944). Wheat Prices and Milling Costs in Classical Rome. In: *Wheat Studies*. Stanford University, Food Research Institute, vol. 20(04), pages 1-38, March

Jemison, J., & Beal, A. (2011). Historical Perspectives on Resource Use in Food Systems. *Maine Policy Review*, *20*(1), 163-171.

Jinous, A., & Elaheh, H. (2012). Phytochemistry and pharmacologic properties of Ziziphus spina christi (L.) Willd. *African journal of pharmacy and pharmacology*, *6*(31), 2332-2339.

Jongman, W. (2006). The rise and fall of the Roman economy: population, rents and entitlement. In: P. F. Bang , M. Ikeguchi, & G. Ziche (Eds.): Ancient Economies, Modern Methodologies: Archaeology, Comparative History, Models and Institutions, 12, 237.

Jongman, W. (2007). 'The early Roman Empire: consumption.' In: *The Cambridge Economic History of the Greco-Roman world*, Scheidel, W, Morris, I., and Saller, R. (Eds.) (pp. 592-618) Cambridge University Press.

Jongman, W. M., Jacobs, J. P., & Goldewijk, G. M. K. (2019). Health and wealth in the Roman Empire. *Economics & Human Biology*, *34*, 138-150.

Joshel, S. (1986) Nurturing the Master's Child: Slavery and the Roman Child-Nurse. *Signs: Journal of Women in Culture and Society 12, no. 1*, 3-22.

Joshel, S. R., & Murnaghan, S. (Eds.). (2005). *Women and slaves in Greco-Roman culture: differential equations*. Routledge.

Kaufman, D. B. (1932). Poisons and Poisoning among the Romans. *Classical Philology*, *27*(2), 156-167.

Keenleyside, A., Schwarcz, H., Stirling, L., & Lazreg, N. B. (2009). Stable isotopic evidence for diet in a Roman and Late Roman population from Leptiminus, Tunisia. *Journal of Archaeological Science*, *36*(1), 51-63.

Khajuria, A., & Sehrawat, R. (2022). Megaloblastic anemia: An updated review. *DY Patil Journal of Health Sciences*, *10*(2), 63.

Khorshidian, N., Yousefi Asli, M., Arab, M., Adeli Mirzaie, A., & Mortazavian, A. M. (2016). Fenugreek: potential applications as a functional food and nutraceutical. *Nutrition and Food Sciences Research*, *3*(1), 5-16.

Killgrove, K. (2005). *Bioarchaeology in the Roman world* (Doctoral Thesis). University of North Carolina at Chapel Hill. United States.

Killgrove, K. (2010). *Migration and mobility in Imperial Rome*. University of North Carolina at Chapel Hill.

Killgrove, K. (2013). Biohistory of the Roman Republic: the potential of isotope analysis of human skeletal remains. *Post-Classical Archaeologies*, *3*(1), 41-62.

Killgrove, K. 2014. Bioarchaeology in the Roman Empire. In Encyclopedia of Global Archaeology, C. Smith, ed., Springer., pp. 876-882. DOI: 10.1007/978-1-4419-0465-2

Killgrove, K. (2019) Using Skeletal Remains as a Proxy for Roman Lifestyles: The Potential and Problems with Osteological Reconstructions of Health, Diet, and Stature in Imperial Rome. In: Erdkamp P, Holleran C (Eds) *The Routledge handbook of diet and nutrition in the Roman world* (pp. 245-258) Routledge, Taylor & Francis Group.

Killgrove, K., & Tykot, R. H. (2013). Food for Rome: a stable isotope investigation of diet in the Imperial period (1st–3rd centuries AD). *Journal of Anthropological Archaeology, 32(1),* 28-38.

Killgrove, K., & Tykot, R. H. (2018). Diet and collapse: a stable isotope study of Imperial-era Gabii (1st–3rd centuries AD). *Journal of Archaeological Science: Reports, 19*, 1041-1049.

Kim, K., Wactawski-Wende, J., Michels, K. A., Schliep, K. C., Plowden, T. C., Chaljub, E. N., & Mumford, S. L. (2018). Dietary minerals, reproductive hormone levels and sporadic anovulation: associations in healthy women with regular menstrual cycles. *British Journal of Nutrition*, *120*(1), 81-89.

King, H. (1998). *Hippocrates' woman: reading the female body in ancient Greece*. Routledge.

King, H. (Ed.). (2005). *Health in antiquity*. Routledge.

King, H. (2013). “Motherhood and health in the Hippocratic corpus: does maternity protect against disease?”. *Mètis. Anthropologie des mondes grecs anciens*, *11*, 51-70.

King, H. (2016). *The one-sex body on trial: the classical and early modern evidence*. Routledge.

Klokner, T. (2019). Private alimentary foundations in Roman Italy (1st–3rd century a. D.). *Вестник Марийского государственного университета. Серия «Исторические науки. Юридические науки»*, (1 (17)), 36-45.

Kregiel, D., Pawlikowska, E., & Antolak, H. (2018). Urtica spp.: Ordinary plants with extraordinary properties. *Molecules*, *23*(7), 1664

Kron, G. (2000). Roman ley-farming. *Journal of Roman Archaeology*, *13*, pp. 277-287.

Kron, G. (2005). Anthropometry, physical anthropology, and the reconstruction of ancient health, nutrition, and living standards. *Historia: Zeitschrift fur Alte Geschichte*, Bd. 54, H. 1, 2005, pp. 68-83.

Kron, G. (2015) Health, stature, and living standards in the Roman world (unfinished draft)

Kron, G. (2019). Comparative perspectives on nutrition and social inequality in the Roman World. In: Erdkamp P, Holleran C (Eds) *The Routledge handbook of diet and nutrition in the Roman world* (pp.259-272) Routledge, Taylor & Francis Group.

Lacroix AE, Gondal H, Shumway KR, et al. (2022) Physiology, Menarche. [Updated 2023 Mar 11]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470216/

Laes, C. (2008). Child slaves at work in Roman Antiquity. *Ancient society*, 235-283.

Laes, C. (2011). *Children in the Roman Empire: outsiders within*. Cambridge University Press.

Laes, C. (2014). Infants between biological and social birth in Antiquity: a phenomenon of the “longue durée". *Historia: Zeitschrift für Alte Geschichte*, pp. 364-383.

Laes, C. (2019). Women, Children and Food. In: Erdkamp P, Holleran C (Eds) *The Routledge handbook of diet and nutrition in the Roman world* (pp. 177-178) Routledge, Taylor & Francis Group.

Laes, C., & Strubbe, J. (2014). *Youth in the Roman Empire: the young and the restless years?*. Cambridge University Press.

Laqueur, T. (1992). *Making sex: Body and gender from the Greeks to Freud*. Harvard University Press.

Larson Lovén, L. (2016). Women, Trade, and Production in Urban Centres of Roman Italy. *Urban Traders and Craftsmen in the Roman World*, 200-221.

Larson Lovén, L. (2019). The Invisible Women of Roman Agrarian Work and Economy. *Gender, Memory, and Identity in the Roman World*, 89.

Lawson, M. (2005) CHILDREN: Nutritional Requirements Nutritional Problems. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Lazer, E. (2009). Victims of the cataclysm. In *The World of Pompeii* Dobbins, J. and Foss, P. (Eds.) (pp. 649-661). Routledge.

Leblanc et al. (2014) Gender differences in the long-term effects of a nutritional intervention program promoting the Mediterranean diet: changes in dietary intakes, eating behaviors, anthropometric and metabolic variables (2014). Nov 22;13:107. doi: 10.1186/1475-2891-13-107.

Leonard, W., Robertson, M. L., & Snodgrass, J. J. (2010). What did humans evolve to eat?: Metabolic implications of major trends in hominid evolution. In: *Human Diet and Nutrition in Biocultural Perspective: Past Meets Present,* Moffat, T., & Prowse, T. (Eds.).(pp. 14-34). Berghahn Books.

Leonti, M. (2012). The co-evolutionary perspective of the food-medicine continuum and wild gathered and cultivated vegetables. *Genetic Resources and Crop Evolution*, *59*(7), 1295-1302.

Lerner, G. (1975). Placing women in history: Definitions and challenges. *Feminist Studies*, *3*(1/2), 5-14.

Lerner, G. (1986). *The creation of patriarchy*. Oxford University Press.

Lo Cascio, E. (1994). The size of the Roman population: Beloch and the meaning of the Augustan Census Figures1. *The Journal of Roman Studies*, *84*, 23-40.

Lo Cascio, E. (1999) “The population of Roman Italy in town and country”. In J. Bintliff and K. Sbonias (eds.) *Reconstructing past population trends in Mediterranean Europe (3000 bc – ad 1800*). The Archaeology of Mediterranean Landscapes Vol. i. Oxford.

Lo Cascio, E. (2001). Recruitment and the size of the Roman population from the third to the first century BCE. In *Debating Roman Demography* (pp. 111-137). Brill.

Lo Cascio, E., & Malanima, P. (2005). Cycles and stability. Italian population before the demographic transition (225 BC-AD 1900). *Rivista di storia economica*, *21*(3), 197-232.

Lowensohn, R. I., Stadler, D. D., & Naze, C. (2016). Current concepts of maternal nutrition. *Obstetrical & gynecological survey*, *71*(7), 413.

Lutter, C. K., Iannotti, L. L., & Stewart, C. P. (2018). The potential of a simple egg to improve maternal and child nutrition. *Maternal & child nutrition*, *14*, e12678.

Machado MR, Kamp F, Nunes JC, El-Bacha T, Torres AG. Breast Milk Content of Vitamin A and E from Early- to Mid-Lactation Is Affected by Inadequate Dietary Intake in Brazilian Adult Women. Nutrients. 2019 Aug 29;11(9):2025. doi: 10.3390/nu11092025. PMID: 31470574; PMCID: PMC6770016. Available in: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6770016/ (last access 22 October, 2022).

MacKinnon, M. (2004) Production and Consumption of Animals in Roman Italy: Integrating the Zooarchaeological and Textual Evidence. Portsmouth, RI: *Journal of Roman Archaeology, Suppl. Series 54.*

MacKinnon, M. (2019). Meat and other animal products. In: Erdkamp P, Holleran C (Eds) *The Routledge handbook of diet and nutrition in the Roman world* (pp. 150-162). Routledge, Taylor & Francis Group.

Mackintosh, M. (1977). Reproduction and patriarchy: A critique of Claude Meillassoux, “Femmes, Greniers Et Capitaux”[1]. *Capital & Class*, *1*(2), 119-127.

Mackintosh, M. (1979) Domestic Labour and the Household. In: Burman, S. (ed.) Fit Work for Women. Croom Helm, London, 173-191.

Mackintosh, M. (1981). Gender and economics: the sexual division of labour and the subordination of women. *Of marriage and the market*, 3-17.

MacLachlan, B. (2012). *Women in Ancient Greece: a sourcebook*. Bloomsbury Publishing.

Mahajan, R. T. C. M., & Chopda, M. (2009). Phyto-Pharmacology of Ziziphus jujuba Mill-A plant review. *Pharmacognosy Reviews*, *3*(6), 320.

Marcén, P. G., Montón, S., & Picazo, M. (2008). Towards an archaeology of maintenance activities. In *Engendering social dynamics: The archaeology of maintenance activities* (pp. 3-9). Archaeopress Publishers

Marino, M., Masella, R., Bulzomi, P., Campesi, I., Malorni, W., & Franconi, F. (2011). Nutrition and human health from a sex–gender perspective. *Molecular Aspects of Medicine*, *32*(1), 1-70.

Mark, H. E., da Costa, G. D., Pagliari, C., & Unger, S. A. (2020). Malnutrition: the silent pandemic. *bmj*, *371*. doi: 10.1136/bmj.m4593

Martyn, R. E. V., Garnsey, P., Fattore, L., Petrone, P., Sperduti, A., Bondioli, L., & Craig, O. E. (2018). Capturing Roman dietary variability in the catastrophic death assemblage at Herculaneum. *Journal of Archaeological Science: Reports*, *19*, 1023-1029.

Marzano, A. (2019). Fish and seafood. In: Erdkamp, P., & Holleran, C. (Eds.) *The Routledge Handbook of Diet and Nutrition in the Roman World* (pp. 163-173). Routledge.

Masciadri, M., & Montevecchi, O. (1982). Contratti di baliatico e vendite fiduciarie a Tebtynis. *Aegyptus*, *62*, 148-61

Masterson, M., Rabinowitz, N. S., & Robson, J. (Eds.). (2018) *Sex in antiquity: exploring gender and sexuality in the ancient world.* Routledge.

Mattingly, D. (1988), “Oil for export? A comparison of Libyan, Spanish and Tunisian olive oil production in the Roman empire”, *Journal of Roman Archaeology*, 1, pp. 33-56.

McClure, L. K. (Ed.). (2008). *Sexuality and gender in the classical world: readings and sources*. John Wiley & Sons.

Medina, M. J. L. (2010). Fuentes para el estudio de las cuidadoras en época romana: los agrónomos latinos. In *La transformación de la enfermería: nuevas miradas para la historia* (pp. 55-74). Editorial Comares.

Medina, M. J. L. (2010). Mujeres y" Naturaleza" en Columela. In *Dialéctica histórica y compromiso social* (pp. 669-684). Libros Pórtico.

Meillassoux, C. (1981). *Maidens, meal and money: Capitalism and the domestic community*. Cambridge University Press. Original work published in 1975.

Merchant, C. (1980). *The death of nature: Women, ecology, and the scientific revolution*. Harper & Row Publishers.

Minozzi, S., Caldarini, C., Pantano, W., di Giannantonio, S., Catalano, P., & Giuffra, V. (2020). Enamel hypoplasia and health conditions through social status in the Roman Imperial Age (First to third centuries, Rome, Italy). *International Journal of Osteoarchaeology*, *30*(1), 53-64.

Moore, J., Filipek, K., Kalenderian, V., Gowland, R., Hamilton, E., Evans, J., & Montgomery, J. (2021). Death metal: Evidence for the impact of lead poisoning on childhood health within the Roman Empire. *International Journal of Osteoarchaeology*, *31*(5), 846-856.

Moritz, L. A. (1958). *Grain-mills and flour in classical antiquity*. Oxford: Clarendon Press.

Morley, N. (2009). Trade in classical antiquity. *Society and Business Review*, *4*(1), 86-88.

Mossé, C. (1983). *La Femme dans la Grèce antique.* Albin Michel.

Muhammad, I., Abubakar, B., & Muhammad, T. M. (2022). Genetic resistance to human malaria. *Cellular, Molecular and Biomedical Reports*, *2*(2), 116-128.

Müldner, G. (2013) Stable isotopes and diet: their contribution to Romano-British research. *Antiquity*, vol. 87, no 335, p. 137-149.

Murray, O. *(Ed.). (1990). Sympotica: a Symposium on the Symposion.* Oxford University Press on Demand.

Nadeau, R. (2010). *Les manières de table dans le monde gréco-romain*. Presses Universitaires de Rennes.

Neufeld, L. M., Hendriks, S., & Hugas, M. (2021). Healthy Diet: A Definition for the United Nations Food Systems Summit. *Science and Innovations*, 41.

Nowak, J., Podsiadło, A., Hudzik, B., Jagielski, P., Grochowska-Niedworok, E., Gąsior, M., & Zubelewicz-Szkodzińska, B. (2020). Food intake changes across the menstrual cycle: A preliminary study. *Pielęgniarstwo i Zdrowie Publiczne*, *10*(1).

Nutton, V. (2004). *Ancient medicine*. Routledge

Paltasingh, T., & Lingam, L. (2014). 'Production'and 'Reproduction'in feminism: ideas, perspectives and concepts. *IIM Kozhikode society & management review*, *3*(1), 45-53.

Pan, Y., Zhao, X., Kim, S. H., Kang, S. A., Kim, Y. G., & Park, K. Y. (2020). Anti-inflammatory effects of Beopje curly dock (Rumex crispus L.) in LPS-induced RAW 264.7 cells and its active compounds. *Journal of Food Biochemistry*, *44*(7), e13291.

Pardo Torrentes, S. (2014) *Feminae* frente al *negotium*: mujer y comercio en la Roma Altoimperial. En: Actas del I Congreso Internacional de Jóvenes Investigadores del Mundo Antiguo (CIJIMA I) Pedro D. Conesa Navarro, José J. Martínez García, Celso M. Sánchez Mondéjar, Carlos Molina Valero, Lucía García Carreras (Coords.) ISBN: 978-84-931372-3-6.

Parker, H. N. (2012). Galen and the girls: sources for women medical writers revisited. *The Classical Quarterly*, *62*(1), 359-386.

Parkin, T. (1992). *Demography and Roman society*. Baltimore: Johns Hopkins University Press.

Parkin, T. (2013). Demography of infancy and early childhood. In J. Evans Grubbs and T. Parkin with R. Bell (Eds). T*he Oxford Handbook of Childhood and Education in the Classical World*. Oxford. Oxford University Press, pp. 40-61.

Pascual ZN, Langaker MD. (2021) Physiology, Pregnancy. [Updated 2022 May 19]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK559304/

Pillay J, Davis TJ. (2021) Physiology, Lactation. [Updated 2022 Jul 18]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK499981/

Plumwood, V. (1993) *Feminism and the mastery of nature*. Routledge.

Pollard, T. M., & Hyatt, S. B. (Eds.). (1999). *Sex, gender and health* (No. 11). Cambridge University Press.

Pomeroy, S. B. (1975). *Goddesses, Whores, Wives and Slaves. Women in Classical Antiquity.* Schocken.

Poskitt, E.M.E. (2005) Nutritional Problems. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Powell, L. A. (2014a). *Childhood Health and Diet in Roman London: The Palaeodemographic, Palaeopathological and Isotopic Evidence,* Doctoral dissertation, PhD thesis, Durham University, http://etheses. dur. ac. uk/11140.

Powell, L.A. et al. (2014b) Infant feeding practices in Roman London. Evidence from isotopic analyses. En: M. Carroll and E.-J.Graham (Eds.), *Infant health and death in Roman Italy and beyond*. (pp. 89-110) Portsmouth: Journal of Roman Archaeology.

Prowse, L. T. (2001). *Isotopic and dental evidence for diet from the necropolis of Isola Sacra (1st--3rd centuries AD), Italy* (Doctoral dissertation). Mc Master University. Hamilton, Canada.

Prowse, T. L., Saunders, S. R., Schwarcz, H. P., Garnsey, P., Macchiarelli, R., & Bondioli, L. (2008). Isotopic and dental evidence for infant and young child feeding practices in an imperial Roman skeletal sample. *American Journal of Physical Anthropology: The Official Publication of the American Association of Physical Anthropologists*, *137*(3), 294-308.

Prowse, T. L., Schwarcz, H. P., Saunders, S. R., Macchiarelli, R., & Bondioli, L. (2005). Isotopic evidence for age-related variation in diet from Isola Sacra, Italy. *American Journal of Physical Anthropology*, *128*(1), 2-13.

Prowse, T.L. (2011) Diet and dental health through the life course in Roman Italy. En: S.C. Agarwal and B.A. Glencross, Social bioarchaeology, Malden, 410-437.

Purcell, N. (1985). Wine and Wealth in Ancient Italy. The Journal of Roman Studies, 75, pp. 1-19.

Rawson, B. (Ed.). (1987). *The family in ancient Rome: new perspectives*. Cornell University Press.

Rawson, B. (1966). Family life among the lower classes at Rome in the first two centuries of the Empire. *Classical Philology*, *61*(2), 71-83.

Rawson, B. (2003). *Children and childhood in Roman Italy*. Oxford University Press.

Rawson, B. (Ed.). (2010). *A companion to families in the Greek and Roman worlds*. John Wiley & Sons.

Redfern, R. (2003). Sex and the city: a biocultural investigation into female health in Roman Britain. *Theoretical Roman Archaeology Journal*, (2002).

Redfern, R. C., & DeWitte, S. N. (2011). Status and health in Roman Dorset: The effect of status on risk of mortality in post-conquest populations. *American journal of physical anthropology*, *146*(2), 197-208.

Redfern, R. C., Gowland, R. L., & Harlow, M. (2011). A bioarchaeological perspective on the pre-adult stages of the life course: implications for the care and health of children in the Roman Empire. *Families in the Roman and late antique Roman world*. Harlow, M., & Loven, L. L. (Eds.) (pp. 111-140). Bloomsbury Publishing.

Redfern, R. C., Hamlin, C., & Athfield, N. B. (2010). Temporal changes in diet: a stable isotope analysis of late Iron Age and Roman Dorset, Britain. *Journal of Archaeological Science*, *37*(6), 1149-1160.

Redfern, R., Gowland, R., Millard, A., Powell, L., & Gröcke, D. (2017). 'From the mouths of babes': A subadult dietary stable isotope perspective on Roman London (Londinium). *Journal of Archaeological Science: Reports*.

Reed, B. G., & Carr, B. R. (2015). The normal menstrual cycle and the control of ovulation.
-Réhault-Godbert, S., Guyot, N., & Nys, Y. (2019). The golden egg: nutritional value, bioactivities, and emerging benefits for human health. *Nutrients*, *11*(3), 684.

Remesal Rodríguez, J. *(1998). Baetican olive oil and the Roman economy. In: S. Keay, The archeology of the early roman Baetica (pp. 183-199). Portsmouth.*

Riddle, J. M. (1992). *Contraception and Abortion from the Ancient World to the Renaissance*. Harvard University Press.

Rissech, C., Pujol, A., Christie, N., Lloveras, L., Richards, M. P., & Fuller, B. T. (2016). Isotopic reconstruction of human diet at the Roman site (1st-4th c. AD) of Carrer Ample 1, Barcelona, Spain. *Journal of Archaeological Science: Reports*, *9*, 366-374.

Robinson, M., & Rowan, E. (2015). Roman Food Remains in Archaeology and the Contents of a Roman Sewer at Herculaneum. In: Wilkins, J., & Nadeau, R. (Eds.) *A companion to food in the ancient world* (Vol. 89) (pp. 89- 105). Oxford: John Wiley & Sons.

Rosenstein, N. (2004). *Rome at war: farms, families, and death in the Middle Republic*. Univ of North Carolina Press.

Rosenstein, N. (2007). War, sex, and death: From Republic to Empire. In De Blois, L., Lo Cascio, E., Hekster, O., & de Kleijn, G. (Eds.) *The Impact of the Roman Army (200 BC–AD 476): Economic, Social, Political, Religious and Cultural Aspects* (pp. 75-89). Brill.

Rosner J, Samardzic T, Sarao MS. (2021) Physiology, Female Reproduction. [Updated 2022 Jul 7]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537132/

Roth, U. (2004a) The female slave in Roman agriculture: changing the default (Doctoral Thesis). University of Nottingham, Nottingham, United Kingdom. Available at: en http://eprints.nottingham.ac.uk/11181/

Roth, U. (2004b). Inscribed meaning: the *vilica* and the *villa* economy. *Papers of the British School at Rome*, *72*, 101-124.

Rousham, E. K. (1999). Gender bias in South Asia: effects on child growth and nutritional status. *Sex, gender and health*, 37-52.

Rowan, E. (2014). *Roman diet and nutrition in the Vesuvian Region: A study of the bioarchaeological remains from the Cardo V sewer at Herculaneum* (Doctoral dissertation, Oxford University, UK).

Rowan, E. (2019). Olives and olive oil. In: Erdkamp P, Holleran C (Eds) *The Routledge handbook of diet and nutrition in the Roman world* (pp. 129-139) Routledge, Taylor & Francis Group.

Rubiera Cancelas, C. (2010). *Vilicus* et *vilica*. Estereotipos masculinos y femeninos de la población esclava en la literatura de los agrónomos greco-latinos. *Arenal. Revista de historia de las mujeres*, *17*(2), 351-377.

Ryan, M. A. (2016). *Through the Oculi of Pliny the Elder: A Gendered Representation of Roman Women as Patients and Healers* (Doctoral dissertation, Macquarie University, Faculty of Arts, Department of Ancient History).

Ryterska, K., Kordek, A., & Załęska, P. (2021). Has Menstruation Disappeared? Functional Hypothalamic Amenorrhea—What Is This Story about?. *Nutrients*, *13*(8), 2827.

Sadori, L., Allevato, E., Bellini, C., Bertacchi, A., Boetto, G., Di Pasquale, G., ... & Lippi, M. M. (2015). Archaeobotany in Italian ancient Roman harbours. *Review of Palaeobotany and Palynology*, *218*, 217-230.

Sallares, R. (1991). *The ecology of the ancient Greek world*. Cornell University Press.

Saller, R. P. (1984). "Familia, Domus", and the Roman Conception of the Family. *Phoenix*, *38*(4), 336-355.

Scheidel, W. (1995). The Most Silent Women of Greece and Rome: Rural Labour and Women's Life in The Ancient World (I) 1. *Greece & Rome*, *42* (2), 202-217.

Scheidel, W. (1996). The Most Silent Women of Greece and Rome: Rural Labour and Women's Life in The Ancient World (II) 1. *Greece & Rome*, *43*(1), 1-10.

Scheidel, W. (2007). Demography. In: Scheidel, W., Morris, I., & Saller, R. P. (Eds.). *The Cambridge economic history of the Greco-Roman world* (p. 38). Cambridge: Cambridge University Press.

Schniebs, A., Nenadic, R., Palacios, J., Pozzi, M., Diez, V., Daujotas, G. (2016) Moretum: poema pseudovirgiliano. Edición bilingüe con estudio preliminar. Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Editorial de la Facultad de Filosofía y Letras Universidad de Buenos Aires.

Scott, E. (1999). *The archaeology of infancy and infant death*. Oxford: Archaeopress.

Sen, A. (1982). *Poverty and famines: an essay on entitlement and deprivation*. Oxford University press.

Sen, A. (1987a). *Hunger and entitlements*. Helsinki: World Institute for Development Economics Research of the United Nations University. Available at: https://www.wider.unu.edu/sites/default/files/RFA-1.pdf

Sen, A. (1987b). *Gender and cooperative conflicts* (No. 1342). Wider.

Shaw, B. D. (1987). The age of Roman girls at marriage: some reconsiderations. *The Journal of Roman Studies*, *77*, 28-46.

Shaw, B. D. (1996). Seasons of death: aspects of mortality in imperial Rome. *The Journal of Roman Studies*, *86*, 100-138.

Shaw, B. D. (2001). The seasonal birthing cycle of Roman women. In *Debating Roman demography* (pp. 83-110). Brill.

Silva, T. R., Oppermann, K., Reis, F. M., & Spritzer, P. M. (2021). Nutrition in Menopausal Women: A Narrative Review. *Nutrients*, *13*(7), 2149.

Singh, M., & Sengar, B. (2021) Urtica dioica L.(Stinging Nettle): Morphological, Phytochemical, Cultivation Practices and Biological Potential: A Review.

Sissia, G. (1994) “The sexual philosophies of Plato and Aristotle”. In: Duby. G., Perrot, M. and Schmitt-Pantel, P. (Eds.), History of Women in the West, Vol. I: From Ancient Goddesses to Christian Saints. Harvard University Press, pp. 46-82.

Slater, W. J. (Ed.). (1991). *Dining in a classical context*. University of Michigan Press.

Smyshliaev, A. (2002) "La nourrice au tribunal du gouverneur romain." *Cahiers du Centre Gustave Glotz 13*, 113-139.

Solomons, N. (2005) Malnutrition. Secondary, Diagnosis and Management. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Soncin, S., Talbot, H. M., Fernandes, R., Harris, A., von Tersch, M., Robson, H. K., ... & Craig, O. E. (2021). High-resolution dietary reconstruction of victims of the 79 CE Vesuvius eruption at Herculaneum by compound-specific isotope analysis. *Science advances*, *7*(35), eabg5791.

Sorkin Rabinowitz, N., & Richlin, A. (1993). *Feminist theory and the classics*. Routledge.

Sparreboom, A. (2014). Wet-nursing in the Roman Empire. *Infant Health and Death in Roman Italy and Beyond*, 145-58.

Spencer, W. G. (1935). *De medicina. With an English translation by WG Spencer*. London; Harvard University Press: Cambridge, Mass..

Sperduti, A. (1997). Life conditions of a roman imperial age population: occupational stress markers and working activities in Lucus Feroniae (Rome, 1st–2nd cent. AD). *Human Evolution*, *12*(4), 253-267.

Springer, K. W., Stellman, J. M., & Jordan-Young, R. M. (2012). Beyond a catalogue of differences: a theoretical frame and good practice guidelines for researching sex/gender in human health. *Social science & medicine*, *74*(11), 1817-1824.

Stanner, S. (2005) Safe Diet for Pregnancy. In: Caballero, B. (Ed). *Encyclopedia of human nutrition*. Elsevier.

Tchernia, A. (1986). Le vin de l'Italie romaine. Essai d'histoire économique d'après les amphores, Rome: École française de Rome, pp. 9-39 and 56-66.

Tchernia, A. (2000). La vente du vin. In E. Lo Cascio, Mercati permanenti e mercati periodici nel mondo romano, pp. 199-209.

Thayer, Z. M., Rutherford, J., & Kuzawa, C. W. (2020). The Maternal Nutritional Buffering Model: an evolutionary framework for pregnancy nutritional intervention. *Evolution, Medicine, and Public Health*, *2020*(1), 14-27.

Thiyagarajan DK, Basit H, Jeanmonod R. (2020) Physiology, Menstrual Cycle. [Updated 2022 Oct 24]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2023 Jan-. Available from: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK500020/

Totelin, L. (Ed.). (2009). *Hippocratic recipes: oral and written transmission of pharmacological knowledge in fifth-and fourth-century Greece* (Vol. 34). Brill.

Totelin, L. (2015). When foods become remedies in ancient Greece: The curious case of garlic and other substances. *Journal of Ethnopharmacology*, *167*, 30-37.

Totelin, L., & Flemming, R. (2020). Medicine and Markets in the Graeco-Roman World and Beyond: Essays on Ancient Medicine in Honour of Vivian Nutton. *Medicine and Markets in the Graeco-Roman World and Beyond*, 1-336.

Touraille, P. (2013). Human sex differences in height: Evolution due to gender hierarchy?. In Ah-King, M. (Ed.). (2013). *Challenging popular myths of sex, gender and biology* (pp. 65-75) Springer Science & Business Media.

Treggiari, S. (1973). "Domestic staff at Rome in the Julio-Claudian period, 27 BC to AD 68." *Histoire Sociale/Social History* 6, no. 12 .

Treggiari, S. (1976). Jobs for Women. *American Journal of Ancient History*, *1*(2), 76-104.

Treggiari, S. (1979). Lower class women in the Roman economy. *Florilegium*, *1*(1), 65-86.

Treggiari, S. (1982). Consent to Roman marriage: some aspects of law and reality. *Echos du monde classique: Classical views*, *26*(1), 34-44.

Treggiari, S. (2007). *Terentia, Tullia and Publilia: the women of Cicero's family*. Routledge.

VanderPloeg, S. M. (2016). The Real Housewives of Ancient Rome: Evidence for the Economic Contributions of Women. (Master Thesis). The University of Western Ontario, Canada. Extracted from: https://ir.lib.uwo.ca/etd/3735

Vanna, V. (2007). Sex and gender related health status differences in ancient and contemporary skeletal populations. *Papers from the Institute of Archaeology*, *18*.

Verboven, K. (2021) Introduction. In: Erdkamp., P., Manning, J. G., & Verboven, K. *Climate change and ancient societies in Europe and the near East*. Springer International Publishing. *Climate Change and Ancient Societies in Europe and the Near East: Diversity in Collapse and Resilience* (pp. 25-80). Cham: Springer International Publishing.

Veyne, P. (1976). *Le Pain et le cirque. Sociologie d'un pluralisme politique.* Éditions du Seuil.

von Braun, J., Afsana, K., Fresco, L. O., & Hassan, M. (2021). Science and innovations for food systems transformation and summit actions. Scientific Group of the UN Food System Summit.

Vuolanto, V. (2014). Children in the Roman world: Cultural and social perspectives. A review article. *Arctos: Acta Philologica Fennica.* Vol. 48 (pp. 435–450).

Vuorinen, H. S., & Mussalo-Rauhamaa, H. (1995). Public health and children's well-being and health during Antiquity. *Vesalius*, *1*(1), 31-35.

Wallach-Scott, J (1986) A Useful Category of Historical Analysis. T*he American Historical Review* Vol. 91, No. 5 (Dec., 1986) (pp. 1053-1075).

Wallach-Scott, J (1988) *Gender and the Politics of History*. Columbia University Press.

Wani, S. A., & Kumar, P. (2018). Fenugreek: A review on its nutraceutical properties and utilization in various food products. *Journal of the Saudi Society of Agricultural Sciences*, *17*(2), 97-106.

Wells, C. (1975). Ancient obstetric hazards and female mortality. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, *51*(11), 1235.

Wheeler, S. M., Williams, L., Dupras, T. L., Tocheri, M., & Molto, J. E. (2011). Childhood in Roman Egypt: Bioarchaeology of the Kellis 2 Cemetery, Dakhleh Oasis, Egypt. En: Lally, M. y (E*ds.), (Re)Thinking the Little Ancestor: New Perspectives on the Archaeology of Infancy and Childhood* (pp 110-121).Oxford: Archaeopress.

White, K.D. (1970) Roman Farming. Aspects of Greek and Roman Life. London: Thames and Hudson.

White, K. D. (1976). Food requirements and food supplies in classical times in relation to the diet of the various classes. *Progress in food & nutrition science*, *2*(4) (pp.143-191).

Wilkins, J., & Hill, S. (2009). *Food in the ancient world*. John Wiley & Sons.

Wilkins, J., & Nadeau, R. (Eds.). (2015). *A companion to food in the ancient world* (Vol. 89). John Wiley & Sons.

Witcher, R. (2006). *Agrarian spaces in Roman Italy: society, economy and Mediterranean agriculture*. In: *Arqueología espacial (Paisajes agrarios) 26*: 341-359

Zaragoza Gras, J. (coord.) (2017) *Ars Medica. La medicina en l'època romana.* PublicacionsDOI: 10.17345/9788484245865.Universitat Rovira i Virgili, Tarragona, p. 57–76. ISBN: 978-84-8424-586-5.

Zocchi, D. M., Bondioli, C., Hamzeh Hosseini, S., Miara, M. D., Musarella, C. M., Mohammadi, D., & Pieroni, A. (2022). Food Security beyond Cereals: A Cross-Geographical Comparative Study on Acorn Bread Heritage in the Mediterranean and the Middle East. *Foods*, *11*(23), 3898.

Zuckerman, M. K., & Crandall, J. (2019). Reconsidering sex and gender in relation to health and disease in bioarchaeology. *Journal of Anthropological Archaeology*, *54*, 161-171.

***Diccionarios*:**

Food. In Merriam-Webster.com Dictionary. Retrieved February 10, 2023, from https://www.merriam-webster.com/dictionary/food

Food. In Cambridge Dictionary, Retrieved February 10, 2023 from: https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/food

Food. In Oxford Dictionary, Retrieved February 10, 2023 from: https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/food

Alimento. In Diccionario online RAE, Retrieved February 10, 2023 from: https://dle.rae.es/alimento

Publiaciones de organizaciones internacionales:

Fanzo, J., Hawkes, C., Udomkesmalee, E., Afshin, A., Allemandi, L., Assery, O., ... & Schofield, D. (2019). 2018 global nutrition report.

World Health Organization. (2017). Guideline: protecting, promoting and supporting breastfeeding in facilities providing maternity and newborn services. World Health Organization.

World Health Organization. (2021). Global breastfeeding scorecard 2021: protecting breastfeeding through bold national actions during the COVID-19 pandemic and beyond (No. WHO/HEP/NFS/21.45). World Health Organization.

Gender, Equity and Rural Employment Division Economic and Social Development DepartmentFood and Agriculture Organization of the United Nations (2010) Gender and Nutrition Fact Sheet. FAO.

World Health Organization. (2020). Protect the progress: rise, refocus and recover: 2020 progress report on the every woman every child global strategy for women's, children's and adolescents' health (2016–2030). UNICEF.

Apéndice

A continuación proveemos una lista de las menciones a productos naturales utilizados como alimentos y/o medicamentos recogidas de la *NH* de Plinio, la *Ginecología* de Sorano y *Sobre las Facultades de los Alimentos de Galeno*. La tabla debe considerarse como un trabajo en curso, ya que puede haber omisiones y errores involuntarios, pero pretende ofrecer una aproximación cuantitativa a las referencias en las fuentes respecto de los usos múltiples de los productos naturales para la nutrición y la salud de mujeres y niños en el mundo romano.

En las cuatro primeras columnas registramos el nombre griego y/o latino de los productos, cuando fue posible, tal y como figuran en las ediciones de las fuentes consultadas. En las dos columnas siguientes señalamos si el artículo se menciona como alimento y/o como medicamento asignando el número "1" cuando el uso es reconocido y “-” cuando no se lo menciona como tal. Las dos columnas siguientes expresan si el artículo estaba indicado para su uso en el tratamiento de afecciones de mujeres y/o niños. En este caso hemos asignado el número "1" cuando se utiliza para mujeres o para niños, y el número "2" cuando se indica que se utiliza en mujeres pero que afecta al feto o al bebé. Las columnas restantes indican el nombre científico moderno y los nombres comunes en español.

En la versión ampliada de la tabla, disponible en línea (véase el enlace más abajo), ofrecemos información adicional. Hemos recogido las expresiones latinas utilizadas por Plinio para describir las afecciones para las que esos productos resultaban útiles y hemos recogido las propiedades reconocidas de esos productos en inglés siguiendo los comentarios de los autores médicos. En la medida de lo posible, facilitamos también información sobre la preparación y administración de los productos naturales y si eran reconocidos como mediterráneos o exóticos. Por último, proveemos información complementaria recogida a lo largo de la confección de la tabla.

Para la identificación de los nombres modernos de las plantas hemos seguido principalmente la Lista de Plantas del vol. VII de la traducción de Jones del NH de Plinio (Libros 24-27)

Para ver la tabla completa:
https://docs.google.com/spreadsheets/d/1eHaQhWhTbq7fwRpnVPRQoVns8E6ssce2BaBn2BOGu1A/edit?usp=sharing

Para comentarios y sugerencias sobre la tabla: marianela.spicoli@gmail.com

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
absinthium	1	1	1	1	Pliny NH 27, 49/50- Sor. Gyn. I, 52; I, 64/65; III,
acacia		1	1		Pliny NH 24, 110
accipiter		1	1		Pliny NH 30, 129
aceto	1	1	1		Pliny NH 23, 56. Sor. Gyn. II, 7; III , 24; III, 41; II
achillia or achilleos		1	1		Pliny NH 26, 151
acoron		1	1		Pliny NH 26, 160
actaea		1	1		Pliny NH 27, 43
adeps anseris		1	1		Pliny NH 30, 129/131
adeps anseris		1	1		Pliny NH 30, 129
adiantum		1	1	1	Pliny NH 22, 65
aethiopis		1	1		Pliny NH 27, 12
agaricum		1	1		Pliny NH 26, 155/ NH 26, 158
ageraton		1	1		Pliny NH 27, 13
agninum coagulum		1		1	Pliny NH 30, 135-139
aïzoum		1	1		Pliny NH 26, 163
alcima or álisma		1	1		Pliny NH 26, 158
ami	1	1	1		Pliny NH 20, 164
ampeloprason		1	1		Pliny NH 24, 136
amurca		1	1		Pliny NH 23, 74/75
amygdalae amarae	1	1	1		Pliny NH 23, 144- Sor. Gyn. I, 51
anagyros		1	1		Pliny NH 27, 30
anemones		1	1		Pliny NH 21, 164/165
anesum	1	1	1	1	Pliny NH 20, 191
(antílope)	1		1		Sor. Gyn. I, 51; II, 26
anthalium	1	1	1		Pliny NH 21, 175
anthemis	1	1	1	2	Pliny NH 22, 53
anthyllis		1	1		Pliny NH 26, 160
antirrhinion		1	1		Pliny NH 26, 155
aparine		1	1		Pliny NH 27, 34

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
apio	1	1	1	2	Pliny NH 20, 114/115. Sor. Gyn. III, 24
apple	1		1		Sor. Gyn. I, 50; III, 41; III, 44; IV, 7
aqua mulsa	1	1	1	1	Pliny NH 22, 112; Sor. Gyn. II, 17; II, 26; II, 46;
aquifoliae		1	1		Pliny NH 24, 116
aquila		1	1		Pliny NH 30, 129
aranea		1	1		Pliny NH 30, 129
arietis vellera		1	1		Pliny NH 29, 32
aristolochia		1	1		Pliny NH 25, 95/ NH 26, 154
aron, dracontium	1	1	1		Pliny NH 24, 143
arsenogonon, thelygonon		1	1		Pliny NH 26, 162
artemisa parthenis		1	1		Pliny NH 25, 73/ NH 26, 159
artiplex silvestre	1	1	1		Pliny NH 20, 220
asarum		1	1		Pliny NH 21, 134
asinus		1	1	1	Pliny NH 28, 251/ 28, 258
asparagus	1	1	1		Pliny NH 20, 109- Sor. Gyn. I, 51
asphodelus	1	1	1		Pliny NH 22, 68
baccar		1	1		Pliny NH 21, 132
batrachium	1	1	1		Pliny NH 26, 157
bion	1	1	1		Pliny NH 23, 53
blattas- vermiculi		1	1		Pliny NH 30, 131/139
Blitum	1	1	1		Pliny NH 20, 252
brassicae	1	1	1	2	Pliny NH 20, 86
lac mulieris	1	1		1	Galen Alim Fac K686; Sor. Gyn. II, 18; II, 46
brya		1	1		Pliny NH 24, 70/72
bunion (kind of navew)	1	1	1		Pliny NH 20, 21
bupleuron	1	1	1		Pliny NH 22, 77
butyrum	1	1	1	1	Pliny NH 28, 252/ NH 28, 257/ NH 29, 30- Sor.
cachrys		1	1		Pliny NH 24, 101
callithrix		1	1		Pliny NH 26, 160

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
calyx	1	1	1		Pliny NH 27, 58
canis		1	1		Pliny NH 30, 123-128
canis		1	1	1	Pliny NH 30, 22/ NH 30, 135-139
caprifico	1	1	1		Pliny NH 23, 126/130
caprinus		1	1	1	Pliny NH 28, 255/ 28, 259
cardamomum	1	1			Sor. Gyn. I, 65
cardus	1	1	1		Pliny NH 20, 263
castoreum		1	1	2	Pliny NH 32, 26/ NH 32, 129-134- Sor. Gyn. III,
caucalis	1	1	1		Pliny NH 22, 83
cedrides		1	1		Pliny NH 24, 20
centauri (minoris et maioris)		1	1		Pliny NH 26, 153; Sor. Gyn.
Cepae	1	1	1		Pliny NH 20, 40- Sor. Gyn.I, 46; II, 25
chamaedaphne		1	1		Pliny NH 24, 132
Chamaedrys/trixago			1		Pliny NH 24, 131
chamaepitys Latine - also abiga		1	1		Pliny NH 24, 29/30
chamaesyce		1	1		Pliny NH 24, 134
chichoria	1	1	1	2	Pliny NH 20, 74. Sor. Gyn. I, 51; III, 41
cicer (silvestre)	1	1	1		Pliny NH 22, 148
cicutae		1	1		Pliny NH 25, 154
circaea		1	1		Pliny NH 27, 60
cissantemos		1	1		Pliny NH 26, 156/ NH 26, 161
citrus	1	1	1		Pliny NH 23, 105
clematis		1	1		Pliny NH 24, 138-140
clymenus		1	1		Pliny NH 26, 131
coclea	1	1	1	1	Pliny NH 30, 123-128; NH 29, 137; NH 30, 44/4
colocynthis	1	1		1?	Pliny NH 20, 17
conchylium		1	1		Pliny NH 32, 96
condrion	1	1	1		Pliny NH 22, 91
conyza		1	1		Pliny NH 26, 160

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
Coriandrum	1	1	1	1	Pliny NH 20, 217/218
cornus cervini cinis		1	1		Pliny NH 28, 246
corvus		1	1	1	Pliny NH 30, 129/ NH 30, 135-139
crabs			1		Pliny NH 32, 129-134
crataegonon	1	1	1		Pliny NH 27, 62
crethmos		1	1		Pliny NH 26, 158
crocodilus		1	1	1	Pliny NH 28, 109/111/113
Crocum	1	1	1	1	Pliny NH 21, 137; Sor. Gyn. II, 51
cucumis	1	1	1	2	Pliny NH 20, 3-6; 20, 9/10. Sor. Gyn. IV, 13
cuminum	1	1	1	1	Pliny NH 20, 161/162
cummium		1		1	Pliny NH 24, 106
cunilago sativa	1	1	1		Pliny NH 20, 173
curalium		1		1	Pliny NH 32, 24
cyperus		1	1	1	Pliny NH 21, 118. Sor. Gyn. II, 8; II, 51
cypiros (gladiolus)	1	1	1		Pliny NH 21, 107/116
cyprus		1	1		Pliny NH 23, 90
daucum		1	1		Pliny NH 26, 157
delphini adipe		1	1		Pliny NH 32, 129-134
delphinus		1		1	Pliny NH 32, 137
dictamnus/ presudo dictamnus		1	1		Pliny NH 26, 153/ NH 26, 161. Sor. Gyn. IV, 13
echini		1	1		Pliny NH 32, 129-134
elecampane	1	1	1		Pliny NH 19, 92; NH 20, 38
elelisphacos	1	1	1	1	Pliny NH 22, 146
epimedion		1	1		Pliny NH 27, 76
erigeron		1	1		Pliny NH 26, 163
eruca	1	1		1	Pliny NH 20, 126. Sor. Gyn. I, 63
ervum	1	1	1		PlinyNH 22, 151
eryngium	1	1	1		Pliny NH 22, 22
erythrodanum		1	1		Pliny NH 24, 94

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
Faba	1		1		Galen Alim Fac K530
faex aceti	1		1		Pliny NH 23, 66
fagus		1	1		Pliny NH 24, 16
far	1	1		1	Pliny NH 22, 121
fel vituli		1	1		Pliny NH 28, 254
Felle taurino		1	1		Pliny NH 28, 246/ NH 28, 253
fenniculum	1	1	1		Pliny NH 20, 263
feno greco	1	1	1		Pliny NH 22, 125/ NH 24, 184/185/186/187. So
ferula	1	1	1		Pliny NH 20, 261
ficus	1	1	1		Pliny NH 23, 117-122.
filix, felix		1	1		Pliny NH 27, 78
fimum murinum		1	1		Pliny NH 30, 123-128
fons		1	1		Pliny NH 31, 10
(aves de corral)	1		1		Sor. Gyn. I, 49/51; II, 26; III, 46
(francolin)	1		1		Sor. Gyn. I, 51; III, 41
galbano		1	1		Pliny NH 24, 21/22
galla	1	1	1		Pliny NH 24, 10
gallinaceorum testes (?)		1	1		Pliny NH 30, 123-128
gallinarum ovis (ova)	1	1	1	1	Pliny NH 29, 39-49/ Sor. Gyn. I, 49/51; II, 29; II
gentius		1	1		Pliny NH 25, 71/ NH 26, 163
geranio		1	1		Pliny NH 26, 158/ NH 26, 160
Git	1	1	1		Pliny NH 20, 183/184
glaucion		1	1		Pliny NH 27, 83
glauciscus		1	1		Pliny NH 32, 129-134
glaux	1	1	1		Pliny NH 27, 82
glycyside	1	1	1	1	Pliny NH 27, 85/86/87
gnaphalium/chamaezelon		1	1		Pliny NH 27, 88
habrotonum		1	1		Pliny NH 21, 161; Sor. Gyn. II, 17; IV, 13
haedorum	1		1		Pliny NH 28, 256
harundo		1	1		Pliny NH 24, 85

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
hederae		1	1		Pliny NH 24, 76
Heliochrysum		1	1		Pliny NH 21, 168/169
heliotropium	1	1		1	Pliny NH 22, 59. Sor. Gyn. II, 55
Hemerocalles		1	1		Pliny NH 21, 158
heraclium	1	1	1	2	Pliny NH 20, 180- Sor. Gyn. I, 63
herba sabina		1	1	2	Pliny NH 24, 102
holochrysos		1	1		Pliny NH 21, 148
hordeum	1	1	1	1	Pliny NH 22, 134; Sor. Gyn. I, 51; IV, 7
hordeum murinum	1	1	1		Pliny NH 22, 135
hyaena		1	1	2	Pliny NH 28, 98/99/100/102/103/104
Hyoscyamus		1	1		Pliny NH 26, 152
hypericum		1	1		Pliny NH 26, 158
hypocisthis		1	1		Pliny NH 26, 160
hyssopum		1	1		Pliny NH 26, 160
hystrix		1	1		Pliny NH 30, 123-128
Iasine	1	1	1	1	Pliny NH 22, 82
idaea		1	1		Pliny NH 27, 93
irenaceus		1	1		Pliny NH 30, 123-128
irio		1		1	Pliny NH 22, 158
Iris rufa		1		1	Pliny NH 21, 140
Iunci (rush)		1	1		Pliny NH 21, 119
iuniperus		1	1		Pliny NH 24, 55
iuvenca		1	1		Pliny NH 11, 203
zizipha	1		1	1	Galen Alim Fac K614- Pliny NH 16, 75
lac suis	1	1	1		Pliny NH 28, 250
lacerti virides		1		1	Pliny NH 30, 135-139
lacte equino	1	1	1		Pliny NH 28, 252
lactucae	1	1	1		Pliny NH 20, 61/67/68
laurus	1	1	1		Pliny NH 23, 152-158
Lens	1	1	1		Galen Alim Fac K526- Pliny NH 22, 143

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
lepore marino	1	1	1	2	Pliny NH 32, 8
lepus	1	1	1	2	Pliny NH 28, 248/ NH 28, 249/ 28, 258- Sor. Gy
leucanthemum		1	1		Pliny NH 21, 163
Lilii		1	1		Pliny NH 21, 126
linozostis/parthenion/mercurialis	1	1	1		Pliny NH 25, 38/39/41
locusta		1	1		Pliny NH 30, 123-128
lotos herba		1	1		Pliny NH 24, 6
lupino adip, iucur, carnes	1	1	1		Pliny NH 28, 247
Lupins	1	1	1	1	Pliny NH 18, 136; NH 22, 155 and 22, 157 wild
lycium (decoction of the root)		1	1		Pliny NH 24, 124 (rhammos)/ 126/126/127 chir
malus	1	1	1		Pliny NH 23, 102/103. Sor. Gyn. I, 50; III, 41
malva	1	1	1		Pliny NH 20, 225- 227
mandragorae		1	1	2	Pliny NH 26, 156/ NH 26, 157
mari bove		1	1		Pliny NH 28, 252/ 28, 253
marrubium	1	1	1		Pliny NH 20, 243.
Meconium (quas infantium alvo editas in utero)		1	1		Pliny NH 28, 52
medion		1	1		Pliny NH 27, 104
melilotos		1	1		Pliny NH 21, 151
melissophyllum		1	1		Pliny NH 21, 149/150
melitites	1	1	1		Pliny NH 22, 115
mentastrum	1	1	1	1	Pliny NH 20, 146
mentastum	1	1	1	2	Pliny NH 20, 148/150
meum	1	1	1	1	Pliny NH 20, 253
milax		1		1	Pliny NH 24, 83
millet	1			1	Sor. Gyn. II, 56
mora (animal)		1	1		Pliny NH 32, 6
morus	1	1	1		Pliny NH 23, 138
mullus	1	1	1		Pliny NH 32, 44; Sor. Gyn. I, 51; II, 25
murex	1	1	1		Pliny NH 32, 129-134
murinus	1	1		1	Pliny NH 30, 135-139

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
musca		1	1		Pliny NH 29, 95
musto	1	1	1	2	Pliny NH 23, 62
myrriza or myrra	1	1	1		Pliny NH 24, 154
myrtidanum		1	1		Pliny NH 23, 164
myrtus	1	1	1		Pliny NH 23, 161
myrtus (oilei)		1	1		Pliny NH 23, 87
myrtus silvestris	1	1	1		Pliny NH 23, 165
nasturtium	1	1		1	Pliny NH 20, 129
nepetae	1	1	1		Pliny NH 20, 158
nux	1	1	1	1	Pliny NH 23, 148
nymphaea Heraclia		1	1		Pliny NH 26, 163
nymphaeae Thessalae		1	1		Pliny NH 26, 155
Ocimum	1	1	1	1	Pliny NH 20, 123
odorati iunci (scented rush)		1	1		Pliny NH 21, 120
oenante		1	1		Pliny NH 21, 167
oesypum		1	1		Pliny NH 29, 37
oleum cicinum		1	1		Pliny NH 23, 84
olives	1	1	1		Pliny NH 23, 70
olus silvestre	1	1	1		Pliny NH 20, 94
onochilon	1	1	1		Pliny NH 22, 51
onosma	1	1	1		Pliny NH 27, 110
oreoselinum	1	1	1		Pliny NH 20, 117
ostraceum		1	1		Pliny NH 32, 129-134
ostrea		1	1		Pliny NH 32, 65
ovis	1	1	1	1	Pliny NH 28, 130/ NH 30, 123-128/ NH 30, 135
Oxylapatho	1		1	1	Galen Alim Fac K635
paeonia		1	1		Pliny NH 26, 131/ NH 26, 151
palma	1	1	1		Pliny NH 23, 98/99
Panaces		1	1		Pliny NH 26, 151/152
papaveris	1	1			Pliny NH 20, 201; Sor. Gyn. II, 46

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
parthenium		1	1		Pliny NH 21, 176
pastinaca erratica	1	1	1		Pliny NH 20, 30
pears	1		1		Sor. Gyn. I, 51; III, 41
perca or mena		1	1		Pliny NH 32, 129-134
perdices		1	1		Pliny NH 30, 131. Sor. Gyn. I, 52; III, 41
periclymenon			1		Pliny NH 27, 120
peristeos		1	1		Pliny NH 26, 155
peucedanum		1	1		Pliny NH 26, 156
phu		1	1		Pliny NH 21, 136
picaea		1	1		Pliny NH 24, 28
pinus	1	1	1	1	Sor. Gyn. II, 29; II, 54
pityusa		1	1		Pliny NH 24, 31
pix		1	1		Pliny NH 24, 39/40 (liquid pitch)
plantago	1	1	1	1	Pliny NH 26, 141/ NH 26, 153/ NH 26, 158. Sor
polemonia		1	1		Pliny NH 26, 152
polium		1	1	2	Pliny NH 21, 146
polygala		1	1		Pliny NH 27, 121
polygonus			1		Pliny NH 26, 158
Porcillaca (Peplis)	1	1	1	1	Pliny NH 20, 211/212/213. Sor. Gyn. I, 51
porrum	1	1	1		Pliny NH 20, 44-48; Sor. Gyn. I, 46; II, 25
psyllion		1	1	1	Pliny NH 26, 79/ NH 26, 156/ NH 26, 161
puleium	1	1	1	2	Pliny NH 20, 154
pulmo marinus		1	1		Pliny NH 32, 129-134
punica	1	1	1	2	Pliny NH 23, 107;
quae ex mulierum corporibus (lac)	1	1	1		Pliny NH 28, 72
quae ex mulierum corporibus (menstruation)		1	1	1	Pliny NH 28, 70/71/ NH 28, 80
radicula		1	1		Pliny NH 24, 96
rana		1	1	1	Pliny NH 30, 129/ NH 32, 138
rapa	1	1			Pliny NH 18, 130
raphanus	1	1	1		Pliny NH 20, 26; Sor. Gyn. I, 52; II, 25

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
rhus erythros/ sumach	1	1	1		Pliny NH 24, 92. Sor. Gyn. III, 41
(tórtola)	1				Sor. Gyn.I, 50; III, 41
Rosa	1	1	1		Pliny NH 21, 121
rosmarinum	1	1	1		Pliny NH 24, 100
rubos	1	1	1		Pliny NH 24, 118
Rustic nard		1	1		Pliny NH 21, 135
Ruta	1	1	1	2	Pliny NH 20, 89; 20, 139; NH 20, 136; NH 20,
sabucus	1	1	1		Pliny NH 24, 52
sacopenium	1	1	1		Pliny NH 20, 197
salix		1	1		Pliny NH 16, 110
sarcocolla		1		1	Pliny NH 24, 128
scamonium	1	1	1	1	Pliny NH 24, 138-140/ NH 26, 157
scandix	1	1	1		Pliny NH 22, 81
scilla	1	1	1		Pliny NH 23, 59; NH 19, 99/100; NH 27, 118 (pa
scordotis		1	1		Pliny NH 26, 151/ NH 26, 161
sebo		1	1		Pliny NH 28, 140
sebo iumentorum		1	1		Pliny NH 28, 139
sil, seseli, halus	1	1	1		Pliny NH 20, 37
silphium	1	1	1	2	Pliny NH 22, 100;
siluri		1	1		Pliny NH 32, 129-134
silvestri ocimo	1	1	1		Pliny NH 20, 124
silvestri puleio	1	1	1		Pliny NH 20, 157
sinapi	1	1	1		Pliny NH 20, 237/238/240
Sisymbrium	1	1	1	2	Pliny NH 20, 248
Sium	1	1	1		Pliny NH 22, 84
smyrnion	1	1	1		Galen Alim Fac K637/638; Pliny NH 27, 134/13
soncum		1	1		Pliny NH 26, 163
Sow-thistle (sonchos)	1	1	1	1	Pliny NH 22, 88/89
(espelta)	1				Sor. Gyn. I, 51; I, 64; II, 29; II, 46; III, 11; III, 41
spondylus		1	1		Pliny NH 24, 25

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
squatinae		1	1		Pliny NH 32, 129-134
stachys		1	1		Pliny NH 24, 136
stoechas		1	1		Pliny NH 27, 131
storax, styrax		1	1		Pliny NH 24, 24
strombi		1	1		Pliny NH 32, 129-134
sudore et oleo		1	1		Pliny NH 28, 50
suillus et aprunus fimus		1	1		Pliny NH 28, 149
symphyton		1	1		Pliny NH 26, 161
Syrium		1	1		Pliny NH 23, 95
tenuem scamoniam	1	1	1	1	Pliny NH 24, 140
Terebinth resin		1	1		Pliny NH 24, 36
thalaspi		1	1	2	Pliny NH 27, 139
(tordos)	1				Sor. Gyn. I, 51; II, 25
thymum	1	1	1	2	Pliny NH 21, 154-157
tilia		1	1	1	Pliny NH 24, 50
tordylon		1	1		Pliny NH 24, 177
torpedine		1	1		Pliny NH 32, 129-134
tragonis		1	1		Pliny NH 27, 141
Tragos / scorpion	1	1	1		Pliny NH 27, 142
trixallis		1	1		Pliny NH 30, 129
urtica	1	1	1	1	Pliny NH 22, 31-35; NH 21, 93
vaccini lactis	1	1	1		Pliny NH 28, 253
verbenae		1	1		Pliny NH 26, 160
vermes terreni		1	1		Pliny NH 30, 123-128
vettonica		1	1		Pliny NH 26, 151
vinacei	1	1	1		Pliny NH 23, 14; Sor. Gyn. I, 51
vini	1	1	1		Pliny NH 23, 46-48
vino albo	1	1	1	2	Pliny NH 23, 22
vinum	1	1			Pliny NH 14, 88/90; 14, 116/118
Violae		1	1	1	Pliny NH 21, 130/131
vipera		1	1		Pliny NH 30, 129/131

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Alimento	Medicina	Mujeres	Niños	Referencias
vitex		1	1		Pliny NH 24, 59-62- Sor. Gyn. III, 46
vitis	1	1	1		Pliny NH 23, 3
Vituli	1	1	1		Pliny NH 28, 254
vituli marini		1	1		Pliny NH 32, 129-134
vitulinum fel		1	1		Pliny NH 28, 253
vultur		1	1		Pliny NH 30, 129
xiphium		1	1	1	Pliny NH 26, 79/ NH 26, 156
zmarides		1	1		Pliny NH 32, 129-134

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
absinthium	Artemisia absinthium	artemisa - ajenjo- hierba santa
acacia	Vachellia nilotica or Acacia nilotica	goma arábiga, acacia, egipcia mimosa, espina egipcia, espina roja
accipiter	Buteo	halcón
aceto	II, 41	vinagre
achillia or achilleos	Achillea millefolium, Achillea toment	milenrama, milenrama amarilla, perejil bravío o flor de la pluma
acoron	Acorus calamus	cálamo aromático o ácoro dulce
actaea	Actaea spicata	cimífuga
adeps anseris	Anser	grasa de ganso
adeps anseris	Cygnus	grasa de cisne
adiantum	*Adiantum capillus-veneris*	culantrillo de pozo o helecho culantrillo
aethiopis	*Salvia aethiopis*	Etiópide o hierba lobera
agaricum	(a type of mushroom) could be Bole	agárico
ageraton	Origanum onites	orégano
agninum coagulum	Ovis aries	cuajo de cordero
aïzoum	Sedum album or Sedum acre	uva de gato, pampajarito
alcima or álisma	Alisma plantago-aquatica	llantén acuático
ami	Trachyspermum ammi	Ajwain, Ajowan
ampeloprason	Allium ampeloprasum	puerro , porro o davo ("especie de puerro que crece en los viñedos")
amurca		lías de aceitunas
amygdalae amarae	Prunus dulcis var. amara	almendro amargo
anagyros	Anagyris foetida	algarrobo del diablo, altramuz,
anemones	Anemone coronaria	anémona
anesum	Pimpinella anisum	anís, anís verde, matalahúva
(antílope)	Bovidae	antílope
anthalium	Cyperus esculentus	juncia avellanada, chufa, alcatufa
anthemis	Matricaria chamomilla	manzanilla de Castilla, manzanilla alemana, dulce o cimarrona
anthyllis	Ajuga iva - (L.)Schreb	abiga
antirrhinion	Misopates orontium	becerrilla o dragoncillo
aparine	Galium aparine	amor de hortelano, azotalenguas o lapa

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
apio	Apium graveolens or Petroselinum c	apio o perejil
apple	Malus domestica	manzana
aqua mulsa	(preparation)	hidromiel
aquifoliae	Ilex aquifolium	acebo
aquila	Aquila chrysaetos	águila
aranea	Araneae	araña
arietis vellera		lana de carnero
aristolochia	Aristolochia rotunda, Aristolochia lor	aristoloquia redonda, Aristoloquia larga, clematítide, oreja de zorro
aron, dracontium	Arum italicum or Dracunculus vulga	aro común, dragonera
arsenogonon, thelygonon		
artemisa parthenis	Artemisia vulgaris	artemisa, absintio, altamisa, hierba de san juan
artiplex silvestre	Atriplex hortensis	armuelle o bledo molle
asarum	Asarum europaeum	asarabacara, oreja de fraile, oreja de hombre
asinus	ass: spleen, hoofs, dung, liver, hides	
asparagus	Asparagus officinalis, Asparagus ac	espárrago común, esparrago triguero
asphodelus	Asphodelus ramosus, Asphodelus a	asfódelo, varita de San José, gamón común
baccar	Asarum europaeum	asarabacara, oreja de fraile
batrachium	Ranunculus sp.	ranunculus
bion	(kind of wine made with unripe grapes)	
blattas- vermiculi	Coleoptera, Holotrichia	larvas y escarabajos
Blitum	Amaranthus blitum	bledo
brassicae	Brassica oleracea (includes several	repollo, brócoli, coliflor
lac mulieris		leche materna
brya	Tamarix	Taray o taraje
bunion (kind of navew)	Bunium ferulaceum Sm, Bunium bu	bunium, bulbocastano
bupleuron	(uncertain)	
butyrum	Gyn. II, 17; II, 49; III, 24	manteca
cachrys	Cachrys	Cachrys
callithrix	Asplenium trichomanes	culantrillo menudo

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
calyx	Arisarum vulgare	arisaro, arisaro pliniano
canis	canis (female)	perra
canis	Canis lupus familiaris	perro
caprifico	Ficus carica	higo macho, higo salvaje
caprinus	Capra aegagrus hircus	cabra
cardamomum	green or true cardamom	cardamomo o grana del paraíso
cardus	Carduus	cardo
castoreum	Castoreum	castóreo
caucalis	(uncertain)	
cedrides	Juniperus oxycedrus	enebro rojo o enebro de la miera
centauri (minoris et maioris)	Common centaury	centáurea menor y mayor
Cepae	Allium cepa	cebolla
chamaedaphne	Vinca herbacea	Hierba doncella
Chamaedrys/trixago		Ground-oak
chamaepitys Latine - also abiga	Ajuga chamaepitys	pinillo
chamaesyce	chamaesyce	nogueruela, hierba del pollo
chichoria	Cichorium intybus	achicoria
cicer (silvestre)	Cicer	garbanzo silvestre
cicutae	Conium maculatum	cicuta
circaea	Vincetoxicum nigrum, Circaea lutetia	ornaballo, vencetósigo negro, circea
cissantemos	Lonicera caprifolium	madreselva
citrus	Citrus medica	cidro
clematis	Convolvulus arvensis	correhuela o cahiruela
clymenus	Scorpiurus vermiculatus	rosquilla gruesa
coclea	Gastropoda	caracol
colocynthis	Citrullus colocynthis	coloquíntida o tuera
conchylium		moluscos
condrion	Chondrilla juncea	achicoria dulce o alijungera
conyza	Inula Pulicaria or Pulicaria Vulgaris	Hierba pulguera

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
Coriandrum	Coriandrum sativum	cilantro
cornus cervini cinis	Cervidae	cenizas de cuerno de ciervo
corvus	Corvus	cuervo
crabs		
crataegonon	Polygonum persicaria or persicaria	duraznillo
crethmos	Crithmum maritimum	Hinojo marino, o perejil marino
crocodilus	Crocodylidae	cocodrilo
Crocum	Crocus sativus	azafrán
cucumis	Cucumis sativus	pepino
cuminum	Cuminum cyminum	comino
cummium	Huperzia selago	musgo derecho
cunilago sativa	Origanum heracleoticum, Satureja h	orégano, mejorana dulce
curalium	Symphoricarpos orbiculatus	Baya de Coral
cyperus	Cyperus longus	juncia loca
cypiros (gladiolus)	Gladiolus italicus or Gladiolus seget	gladiolo
cyprus	Lawsonia inermis	alheña o arjeña
daucum	Daucus carota	zanahoria silvestre
delphini adipe	Delphinidae fam.	grasa de delfín
delphinus	Delphinidae fam.	delfín
dictamnus/ presudo dictamnus	Origanum dictamnus	orégano de Creta
echini	Echinoidea	erizo de mar
elecampane	Inula helenium	elecampana, énula o helenio
elelisphacos	Verbascum lychnitis	candilera
epimedion	(unknown)	
erigeron	Senecio vulgaris	flor amarilla, hierba cana
eruca	Eruca sativa	rúcula
ervum	Lathyrus linifolius	Guija tuberosa
eryngium	Eryngium campestre	cardo corredor, cardo correo
erythrodanum	Rubia tinctorum	rubia roja

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
Faba	Vicia faba	haba
faex aceti		lees of vinegar
fagus	Fagus sylvatica	haya común
far	Triticum dicoccum	trigo farro o farro
fel vituli	Bos taurus	hiel del toro-ternero
Felle taurino	Bos	bilis de toro
fenniculum	Foeniculum vulgare	hinojo
feno greco	Trigonella foenum-graecum	fenogreco
ferula	Ferula communis	cañaheja
ficus	Ficus carica	higuera
filix, felix	Pteridium aquilinum	helecho águila o amambáy
fimum murinum	Mus musculus	excremento de ratón
fons		aguas de manantial
(aves de corral)	Galloanserae	aves de corral
(francolin)	Francolinus	francolín
galbano	Ferula Galbaniflua	resina de goma de la férula
galla	Quercus robur	roble común
gallinaceorum testes (?)	gallīna	gallina (gallo?)
gallinarum ovis (ova)	Gallus gallus domesticus	huevos de gallina
gentius	Gentiana	genciana
geranio	Geranium sp.	geranio
Git	Nigella sativa	abésoda, agenuz
glaucion	chelidonium glaucium, Glaucium fla	glaucio, adormidera marina, amapola loca
glauciscus	(unknown)	
glaux	Lepidium coronopus	Al-Shehbaz, Cervellina
glycyside	Paeonia officinalis	peonía
gnaphalium/chamaezelon	Diotis maritima, Achillea maritima	algodonosa, arañera
habrotonum	Artemisia arborescens	ajenjo de montaña
haedorum		
harundo	Arundo (genus)	caña

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
hederae	Hedera helix	hiedra común
Heliochrysum	Tanacetum annuum	argamasa
heliotropium	Heliotropium (genus)	heliotropos
Hemerocalles	Lilium martagon	martagón, lirio llorón o bozo
heraclium	Origanum heracleoticum	orégano
herba sabina	Juniperus sabina	sabina rastrera
holochrysos	Helichrysum stoechas	perpetua o siempreviva
hordeum	hordeum vulgare	cebada
hordeum murinum	Hordeum murinum	cebadilla ratonera o zaragüelle
hyaena	Hyaenidae	hiena
Hyoscyamus	Hyoscyamus niger	beleño negro, hierba loca,
hypericum		
hypocisthis	Cytinus hypocistis	castillejos, chuchos de lobo, colmenilla española
hyssopum	Hyssopus officinalis	hisopo
hystrix	Hystricidae	puescoespín
Iasine	Calystegia sepium	
idaea	Ruscus hypoglossum	bislingua, brusco, dos lenguas, laurel alejandrino de hoja estrecha
irenaceus	Erinaceinae	erizo
irio	Sisymbrium polyceratium	mostacilla alta
Iris rufa	Iris germanica	cárdeno, carrizas, iris rojo
Iunci (rush)	juncus sp.	junco
iuniperus	Juniperus communis	enebro
iuvenca	Bos taurus	novilla
zizipha	Ziziphus sp.	azufaifa
lac suis	Sus domesticus	leche de cerda
lacerti virides	Lacertilia	lagartos verdes
lacte equino	Equus caballus	leche de yegua
lactucae	Lactuca sativa	lechuga
laurus	Laurus nobilis	laurel
Lens	Ervum lens	lenteja

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
lepore marino	Anaspidea	liebre de mar
lepus	Lepus	liebre
leucanthemum	anthemis chia	manzanilla
Lilii	Lilium sp.	azucenas o lirios
linozostis/parthenion/mercurialis	Mercurialis annua	la mercurial
locusta	Nephropidae	langosta
lotos herba	Trifolium fragiferum	trébol fresa o trébol frutilla
lupino adip, iucur, carnes	Canis lupus	grasa, hígado y carne de lobo
Lupins	Lupinus sp.	lupines
lycium (decoction of the root)	Rhamnus lycioides	decocción de la raíz del espinillo negro
malus	Cydonia oblonga	membrillo
malva	Malva sylvestris	malva
mandragorae	Mandragora officinarum	mandrágora
mari bove	Bos taurus	buey
marrubium	Marrubium vulgare	marrubio
Meconium (quas infantium alvo editas in utero)		meconio, heces de bebé
medion	Campanula lingulata, Campanula ce	campanula
melilotos	Melilotus officinalis	trébol dulce
melissophyllum	Melissa officinalis	melisa
melitites		(mosto y miel)
mentastrum	Mentha arvensis	menta silvestre
mentastum	Mentha aquatica	menta acuática
meum	Meum athamanticum	cardo-pinillo, comino, eneldo ursino
milax	Smilax aspera	zarzaparrilla o zarza morisca
millet	Panicum sp.	mijo
mora (animal)	Echeneis?	remora?
morus	Morus nigra	morera
mullus	Mugilidae	salmonete
murex	Murex	murex
murinus	Mus musculus	ratón

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
musca	Diptera	mosca
musto		mosto
myrriza or myrra	Myrrhis odorata	perifollo oloroso, mirra o cerifolio
myrtidanum		preparacion con mirtillo
myrtus	Myrtus sp.	mirto
myrtus (oilei)		aceite de mirtilo
myrtus silvestris	Myrtus communis	mirto o arrayán europeo
nasturtium	Lepidium sativum	mastuerzo, taco de reina
nepetae	Clinopodium nepeta	té de huerta, nieta, hierba nieta, poleo
nux	Juglans regia	nogal común, nogal europeo
nymphaea Heraclia	Nymphaea sp.	nenúfar
nymphaeae Thessalae	Nymphaea sp.	nenúfar
Ocimum	Ocimum basilicum	albahaca
odorati iunci (scented rush)	Juncus effusus	junco de esteras
oenante	Filipendula vulgaris	ánnica, azahar, burdilinda, filipendola
oesypum		residuos de lana
oleum cicinum	Ricinus communis	ricino
olives	Olea europaea	olivo
olus silvestre	Brassica oleracea	repollo, col, berza
onochilon	Anchusa azurea	Abremanos, alcalcuces, lengua de buey
onosma	Onosma echioides	orcaneta amarilla
oreoselinum	Petroselinum crispum	perejil
ostraceum		una pequeña concha
ostrea	Ostreidae	ostras
ovis	Ovis aries	oveja
Oxylapatho	Rumex crispus	lengua de vaca
paeonia	Paeonia officinalis	peonía
palma	Phoenix dactylifera	palmera datilera
Panaces		una especie de pastinaca
papaveris	Papaver somniferum	adormidera o amapola

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
parthenium	Parietaria officinalis	albahaca de culebra, parietaria
pastinaca erratica	Pastinaca sativa	apio de campo, chirivía
pears	Pyrus communis	pera
perca or mena	Perca	perca
perdices	Perdix perdix	perdiz
periclymenon		
peristeos	Verbena officinalis	verbena
peucedanum	Peucedanum officinale	aperauchi pequeño, ervato
phu	Valeriana phu	valerianilla
picaea	Pinus sylvestris	Valsaín, pino serrano
pinus	Pinus sp	piña
pityusa	Euphorbia pithyusa	esula grande
pix		resina
plantago	Plantago major	llantén mayor
polemonia	Hypericum olympicum	hipérico, hierba de San Juan
polium	Teucrium polium	zamarilla
polygala	Polygala venulosa	polygala (mucha leche)
polygonus		
Porcillaca (Peplis)	Portulaca oleracea	portulaca, verdolaga
porrum	Allium ampeloprasum var. porrum	puerro, porro
psyllion	Plantago psyllium	zaragatona
puleium	Mentha pulegium	poleo
pulmo marinus	Pelagia noctiluca	un animal que se asemeja a un pulmón
punica	Punica granatum	granadas
quae ex mulierum corporibus (lac)		leche materna
quae ex mulierum corporibus (menstruation)		sangre menstrual
radicula	Gypsophila struthium	albada, herbada, jabonera
rana	Anura	rana
rapa	Brassica rapa	nabo silvestre
raphanus	Raphanus sativus	rábano, rabanito

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
rhus erythros/ sumach	Coriaria myrtifolia	emborrachacabras
(tórtola)	Streptopelia risoria	tórtola
Rosa	Rosa × centifolia	rosa de Provenza, rosa repollo
rosmarinum	Salvia rosmarinus	romero
rubos	Rubus fruticosus	zarzamora
Rustic nard	Nardus sp.	nardo galo
Ruta	Ruda graveolens	ruda
sabucus	Sambucus nigra	sauco
sacopenium	(uncertain)	
salix	salix	sauce
sarcocolla	Penaea sarcocolla	
scamonium	Convolvulus scammonia	escamonea
scandix	Scandix pecten-veneris	pecten de venus
scilla	Drimia maritima, Urginea maritima	cebolla albarrana o cebolla almorrana
scordotis	Teucrium scordium	Camedrio acuático
sebo		grasa
sebo iumentorum		grasa animal
sil, seseli, halus	Symphytum officinale	consuelda
silphium	(extinct)	(extinta)
siluri	Silurus glanis	siluro europeo
silvestri ocimo	Ocimum Canum	albahaca silvestre
silvestri puleio	Mentha pulegium	variedad de poleo silvestre
sinapi	Sinapis alba	mostaza blanca
Sisymbrium	Sisymbrium officinale	Erísimo
Sium	Sium latifolium	apio acuático
smyrnion	Smyrnium perfoliatum, Smyrnium ol	apio caballar, perejil macedonico
soncum	(probably a kind of sonchos)	
Sow-thistle (sonchos)	Sonchus sp.	cerraja
(espelta)	Triticum aestivum	espelta
spondylus	Spondylus	spondylus

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
squatinae	Squatina	angelote, pez ángel
stachys	Stachys germanica	espiga florida, salvia de montaña
stoechas	Lavandula stoechas	cantueso o tomillo borriquero
storax, styrax	Styrax officinalis	estoraque (resina de)
strombi		una especie de concha
sudore et oleo		del raspado de los cuerpos en el gimnasio se hace un ungüento
suillus et aprunus fimus	Sus scrofa/ Sus scrofa domesticus	excremento de jabalí o de cerdo
symphyton	Symphytum officinale	consuelda común
Syrium		Aceite sirio (aceite de lirios)
tenuem scamoniam	Convolvulus sp.	escamonia suave
Terebinth resin	Pistacia terebinthus	cornicabra
thalaspi	Lunaria annua, Lepidium campestre	lunaria, mostaza silvestre
(tordos)	Turdidae	tordos
thymum	Thymus vulgaris	tomillo
tilia	Tilia tomentosa	tilo plateado
tordylon	Tordylium officinale	Mastuerzos, tordilio
torpedine	Myliobatoidei	raya
tragonis	Pistacia lentiscus	Alantisco, almàciga
Tragos / scorpion	(uncertain)	
trixallis	(non specified creature)	
urtica	Urtica sp.	ortiga
vaccini lactis	Bos taurus	leche de vaca
verbenae	Verbena sp.	verbena
vermes terreni	Lumbricina	lombrices de tierra
vettonica	Betonica officinalis	betónica
vinacei		hollejos de uva
vini		vinos específicos
vino albo		vino blanco
vinum	(beverage)	vino
Violae	Viola odorata	violeta común
vipera	Viperidae	víbora

Tabla Alimentos y Medicinas

Nombre antiguo en Griego o Latín	Nombre científico	Nombre común en español
vitex	Vitex agnus-castus	sauzgatillo
vitis	Vitis vinifera	vid o parra
Vituli	Bos taurus	carne de ternera
vituli marini	Pinnipedia	foca
vitulinum fel	Bos taurus	bilis de ternera
vultur	Cathartes aura	buitre
xiphium	Gladiolus segetum	gladiolo
zmarides		pez?