

“La mujer en fuentes médicas hebraicosefardíes”

Meritxell Blasco Orellana

Universitat de Barcelona

En los *sifre- refuot* hebraicosefardíes hay una gran variedad de remedios que atienden a una amplia gama de problemas concernientes a la mujer, tales como el tratamiento de enfermedades y problemas ginecológicos, la belleza y el adorno del cuerpo, la magia (amorosa), la sexualidad, la conservación de la salud y el bienestar general. Todos estos textos médicos parecen tener una autoría masculina pero es indiscutible que la visión propia de la mujer, de su cuerpo, belleza e intereses influirá de manera decisiva en estos escritos.

Este artículo pretende extraer de estos *aqrabadín* o fórmulas no sólo sus contenidos médicos, sino a través de ellos ver la perspectiva que la mujer tiene de sí misma tanto como receptora como origen de muchas prácticas y conocimientos terapéuticos e incluso como sujeto activo en la práctica de la medicina y obstetricia.

La conciencia de la mujer de su propio cuerpo

En el s. 12, Trotula de Salerno también conocida como Trotula di Ruggiero, de la Escuela Médica Salernitana¹ escribirá un tratado de obstetricia y ginecología el *Trotulae curandarum aegritudinum mulierorium ante et post partum* más conocido como *Passionibus Mulierum Curandorum (Las dolencias de la mujer)* también conocido como *Trotula major* de setenta capítulos, en el que se trata la menstruación, la concepción, el embarazo, el parto, el control de natalidad, además de diversas enfermedades ginecológicas. Este tratado se utilizó como texto médico básico hasta el

¹ Su existencia fue cuestionada por una gran mayoría de los especialistas de la historia de la medicina hasta el s. XX. Los últimos estudios realizados por Monica H. Green han permitido disipar las dudas sobre su figura a la cual definió como una doctora empírica que combinaba los conocimientos populares con nuevas propuestas, fruto de la observación cotidiana de las enfermedades y enfermos.

s. 16. También escribió el tratado *Ornatu mulierum* o *Trotula minor* dedicado a la cosmética, cuidado de la piel e higiene.

Se desprende de estos tratados la preocupación por la salud femenina entendida en su totalidad. La mujer es distinta al hombre fisiológicamente y tiene unas necesidades específicas, de ahí el éxito de estas obras “sistematizadas” que llenan un vacío y una necesidad del público femenino atendido normalmente por matronas que, muchas veces, desconocían los tratamientos adecuados a las posibles complicaciones de los partos y de la ginecología en general.

Estas obras se extendieron por todo el ámbito medieval y fueron traducidas a otras lenguas, total o parcialmente, llegando también de forma más o menos directa a la producción textual médica hebrea. No cabe duda de que su difusión entre las comunidades judías pudo estar promovida en mayor o menor medida por el interés de las propias mujeres.

Como es sabido, durante la Edad Media los médicos judíos adaptaron, tradujeron y ampliaron gran número de tratados farmacológicos y médicos, añadiendo aspectos novedosos o suprimiendo aquellos que pudieran entrar en contradicción con sus creencias religiosas².

El *Séfer Ahavat Nashim (Libro de amor de mujeres)*³, estudiado y editado por la Dra. Carmen Caballero Navas, una compilación anónima de la segunda mitad del s. XIII, recoge tanto los tratamientos dirigidos a la ginecología como a la magia amorosa, la cosmética, el adorno del cuerpo y el bienestar general y, aunque es hasta el momento el único ms. hebreo sólo dedicado al ámbito femenino, tiene sus paralelos latinos en *De curis mulierum* atribuido a Trota y al tratado catalán *Tròtula* del Mestre Joan de Reimbamaco.

En otros *sifré refuot* hebraicos, como es el caso del ms. Firkóvitch I Heb-338 de la Biblioteca Nacional de Rusia, se tratan dolencias de diversas índoles y recogen problemas médicos más variados no sólo femeninos, aunque estos últimos están ampliamente desarrollados y tratados. Siguiendo el tradicional recorrido por la anatomía humana *a capite ad calcem*, se ve que la mayor concentración de recetas corresponde al apartado temático de las dolencias y afecciones de la cabeza, con 176

² Caballero 2008: 37-62.

³ Caballero 1999 y Caballero 2004.

entradas: 65 para cuestiones de oftalmología, 32 para las afecciones de oídos, nariz y garganta [21 para oídos y 11 para nariz], 26 para odontología, 25 para los cabellos, 20 para las cefaleas y migrañas y 8 para diversas afecciones de la cara.

El bloque dedicado a la ginecología y cosmética femenina contiene 78 entradas, guardando este segmento del código estrecha relación con el ms. hebreo *Sefer Ahavat Nashim*, así como con los catalanes *Trotula* de mestre Joan y *Flos del tresor de beutat*, estudiados por la Dra. Montserrat Cabré⁴.

Para enfermedades y dolencias del tracto digestivo en general he contabilizado 71 recetas, 28 de las cuales son tratamientos de las hemorroides. Hay 25 recetas para afecciones del tracto urinario y sólo 10 que versan de cuestiones relacionadas con el delicado tema de *coitu*. Por último, 15 recetas tratan diversas afecciones de las extremidades inferiores y 3 de las hemorragias en general. Es de destacar la ausencia de recetas que traten de afecciones respiratorias como el asma, o de las fiebres, en general.

No escasean las recetas y fórmulas de contenido mágico y supersticioso⁵, que evidencian arraigadas tradiciones populares entre la sociedad judía, a menudo en contradicción con la ortodoxia oficial rabínica. Lo mismo se puede decir de la inclusión de elementos impuros (excrementos, sangre, grasas, sabandijas y otras criaturas abominables según las estrictas leyes de la *kashrut*).

Como se puede comprobar, las recetas de “salud femenina” quedan incluidas en este *sefer refuot* aunque bajo la clasificación a *capite ad calcem* y no como un tratado meramente femenino.

Del tipo de dolencias y de los paralelos que se encuentran con otras obras médicas tanto árabes, hebreas como latinas, se desprende que la preocupación femenina por la salud gravita alrededor de varios puntos:

- Dolencias y problemas tocoginecológicos
- El cuidado cosmético del cuerpo, belleza y adorno del cuerpo
- Magia amorosa y sexualidad
- Conservación de la salud y bienestar general

⁴ Cabré 1994.

⁵ Estudiadas en Blasco 2011.

En esta ocasión trataré solamente de los dos primeros apartados.

Dolencias y problemas tocoginecológicos

Son sin duda las dolencias que han preocupado más a la mujer a lo largo de la historia. Su participación en los partos como comadronas así como conocedoras de primera mano de todas las problemáticas ginecológicas sugiere que en numerosas ocasiones eran el origen de muchas técnicas y prácticas en este campo de la medicina.

La mayoría de recetas están destinadas a “la concepción”. Las más frecuentes son:

- Para detener la sangre de la mujer
- Para poder concebir
- Para la esterilidad
- Para provocar la menstruación y limpiar el útero y concebir
- Para restablecer el útero
- Para expulsar la placenta
- Para abortar
- Para el parto difícil

La base oral de la mayoría de estas recetas, que pasaban de madres a hijas, a veces queda recogida en las fuentes textuales donde, rara vez queda recogida su autoría femenina.

En el *Sefer refuot* Ms. Firkóvitch I Heb-338 se recoge⁶:

Para el parto difícil.

(f. 26₂₂) Otra receta de boca de una judía partera experta y sabia. Suministrarle 60 avellanas mondadas, enteras, machacadas, con un poco de pimienta y comino y *jengibre* y désele a beber todo eso con caldo de gallina.

⁶ Las palabras en cursiva aparecen en romance en el ms. Se señalan, asimismo, los folios y columnas del ms.

(f. 26v₂) **Y otra <receta contada> por ella.** Poner sobre su ombligo o sobre su cadera hierba de *artemisa* y parirá inmediatamente, con la ayuda de Dios, y retirarlo rápidamente de ella.

Tal vez la omisión de dichas autorías sea producto de una visión y concepción cada vez más masculina a la que la medicina académica irá tendiendo a lo largo de la época bajomedieval y donde sólo se permitirá el ejercicio de las parteras o comadronas como complemento necesario de la medicina por parte de los médicos, ya que ellos no podían atender a las mujeres de forma directa en los problemas ginecológicos⁷.

También cristianas⁸, musulmanas y judías compartieron intereses en este campo médico, aunque estas últimas estaban sujetas a las leyes de *Nidah* y otras disposiciones rabínicas.

El cuidado cosmético del cuerpo, su belleza y adorno

Los tratados y recetas que tratan de la belleza femenina tuvieron una gran popularidad a partir del s. XII y especialmente durante los siglos XIV y XV. Circulaban diversas obras, estrechamente emparentadas entre sí, compuestas tanto en latín como en lenguas vernáculas y recogidas también por las obras médicas hebraicosefardíes. Podemos, a través de la lectura de estos tratados, establecer un prototipo o ideal de belleza femenina de la mujer en esta época histórica. Este prototipo está compartido, a grandes rasgos, tanto por la sociedad judía, musulmana como cristiana⁹ en la Sefarad medieval.

Se tratan todo tipo de problemas relacionados con la salud y belleza del cuerpo femenino, sobre todo la depilación, la cosmética facial, la higiene de la boca, el cuidado y tinte de los cabellos y el uso de los perfumes.

La depilación era un hábito frecuente¹⁰. La mayoría de recetas ofrecen la desaparición definitiva del pelo aunque normalmente no especifican a que partes del cuerpo van destinadas aunque se sabe que había un especial interés por la depilación

⁷ Caballero 2008, p.60

⁸ Puig 1998, pp. 39-40.

⁹ Véase el interesante estudio de Mercè Puig Rodríguez-Escalona (Puig 1998) donde estudia el ideal de belleza femenino a través de los textos médico-cosmetológicos cristianos en latín y catalán.

¹⁰ Según Puig 1998, pp.41, en las obras cristianas *De decoratione* se recogen dos recetas, en el *Flos del tresor de beautat* cuatro, y finalmente en *De ornatu mulierum* y *Tròtula* aparecen trece.

facial. Por otras fuentes¹¹ sabemos que se depilaban las cejas con pinzas o “peladors¹²”, que gustaban poco pobladas y también, en algunas ocasiones, la parte frontal del cuero cabelludo, para ampliar la frente y también parte del pelo para alargar el cuello¹³. Estos tratados, también ofrecían ungüentos par paliar las pústulas y quemazones que producían estos depilatorios, ya que eran muy agresivos.

(f. 41₁₅) Para eliminar el cabello. Pasa la navaja primeramente¹⁴ y después toma huevos de hormigas y hiedra y arsénico, que es oropimente¹⁵ y quema estos dos y mezcla todo con los huevos y pon<lo> allí¹⁶.

(f. 41₁₈) Otra receta. Toma cal y envuélve<la> en un paño y pon a cocer<la> en agua como / <la> carne de toro y después se tomará arsénico y mezcla allí y vuelve a envolver<lo> / **20.** y asimismo, <lo> cocerás una segunda vez removiendo y filtra<lo> y pon a secar / lo filtrado y guárdalo y cuando quieras aplicar<lo> mezcla con / aceite de rosa<s> como <un> ungüento y toque en la carne allí donde haya cabello / y caerá <el cabello> de inmediato¹⁷.

¹¹ Iradiel 1986.

¹² Peladores.

¹³ Sólo Trotula ofrece un remedio para las axilas.

¹⁴ El mismo procedimiento, que favorece la absorción por el cuero cabelludo de los distintos componentes farmacológicos aparece en el *Sefer Hanisyonot*: ...frota la cabeza después de afeitarla... (pp. 172-173); en *Trotula*, fol. 3ra: *En d'aquesta guisa o en altra si us voletz ab pinsadors los pèls grossos o sotils de rayl de loch on vos taran enuig. E quant los n'auretz ben levatz ab pinçes o d'altra guisa aiats molts ous de formiga...* Cfr. Cabré 1994, p. 251.; y también en el *Sefer Ahavat Nashim*, en las recetas para la costra y llagas de la cabeza: *Que se afeite la cabeza y se unte, y ... dijo al-Razí que se afeite todo su cabello*, Caballero 2004, p.124.

¹⁵ Estos tres componentes, huevos de hormigas, hiedra y arsénico, se utilizan en numerosas recetas para eliminar el cabello en *Trotula*. Unas veces lo hacen combinados entre sí y otras, con otros elementos. Por ejemplo: *O prenetz sud de edra, orpiment e vinagre e ous de formigues e sia comfit ensemps e ja més no s'i faran pèls*, *Trotula*, fol. 3va. Cfr. Cabré 1994, p. 251.

¹⁶ Existe un paralelo de esta receta en *El libro de recetas de Gilberto*, (s. XV): ...toma el laudano e la simjente de la yedra e los huebos de las formjgas... (fol. 3v.23). Cfr. DETEMA.

¹⁷ Recetas paralelas en *De ornatus y Trotula*. En *De ornatus*, fols.126rss: *Alio modo sic fit mirabiliter quia removet pilos ab ómnibus locis: accipiantur IIIor partes aque in quadam sutella ferrea et II de calce viva et totum stet per III dies et coletur et colature addatur iterum VI partes calcis vive. Deinde ponatur ad solem cum VI partibus auripigmenti*. Cfr. Cabré 1994, p.176.

En *Trotula*, fols. 2ra-2rb: *primerament lex la cals en una escudella de terra en VI parts d'aigua e axí estia III dies e après sia colat en una ola, e en aquella aygua mit la VI part de cals e la VII d'orpiment; Amb altres quel fan pus ensenyadament, que prenen la cals e l'orpiment e lo comí e tot picat meten-ho en bel drap e fan-ho bulir e d'aquella aygua en què és bulit fan lo pelador*. Cfr. Cabré 1994, p. 248-249.

(f. 41₂₃) **Otra receta para que no vuelva <a crecer el cabello>**. Unta con sangre de murciélago¹⁸ / o con leche de perra¹⁹ o con sesos de murciélago mezclado<s> con leche de mujer / (f. 41_{v1}) que sea espeso como unguento.

Otra parte del cuerpo que merecía especial atención era el rostro. Tenía que estar libre de cualquier imperfección como granos, pecas, manchas, cicatrices, etc. Asimismo encontramos también muchos productos para afinar el cutis y mantener la piel joven libre de arrugas.

Hay un gran número de recetas para aclarar el rostro, lo que nos permite afirmar que el ideal de belleza era la piel blanca²⁰.

(f. 9_{v4}) **Remedios para la cara, para la inflamación que sube a la cara**. Toma raíz de *ýly*²¹, y expríme<la> y bébase el zumo y macháque<se> la raíz y aplíque<se> una venda sobre la inflamación, constantemente, y se curará, con la ayuda de Dios.

(f. 9_{v7}) **17 Para las cosas que hay en la cara, una**. Toma hierba de *gallocresta* y córtala en dos partes y macháca<la> y mézclala con vinagre fuerte y unge continuamente.

(f. 9_{v10}) **Para suavizar la cara de las brolladuras**²². Toma zumo de raíz de pepinos amargos y mézcla<los> con una tercera parte de cuajada tierna y amásalo todo y ponlo en la cara mientras se está acostado y por la mañana retíralo con agua caliente.

¹⁸ Este componente para eliminar el cabello está ampliamente documentado en los libros de medicina medieval. En *Trotula*, fol. 3^{va}, se cita incluso la forma de sangrar los murciélagos: *can voltretz trer sanch dels mursechs, sagnant-los deiús la oreyla ab una lanceta, ecuylitz la sanch: totes aquestes coses damunt dites toylen los pèls a temps o per sempre*. Cfr. Cabré 1994, p. 253.

En el *Sefer Ahavat Nashim*, Caballero 2004, pp. 118-119: *Para eliminar el vello y que no reaparezca jamás: toma sangre de murciélago להסיר השער שלא יצמח לעולם קח דם עטלף*. En el *Compendio de Cirugía* de Guido Lanfranc (1481) encontramos también: *tiña esso mesmo propriamente es dicha caymjeño de los cabellos de tinea que es vespertilion que es morcielago el qual así como en las alas carece pelos así esso mesmo en la tiña carece los pelos*, (fol. 46^v74). Cfr. DETEMA.

¹⁹ Existe un paralelo de esta receta en el *Sefer Hanisyonot*, pp. 170-171: *Dijo Dioscórides: si se toma la leche de una perra primeriza, después del parto y se mezcla con aceite de oliva y se venda el pelo, este caerá*.

En efecto, en Dioscórides, II 70 se cita: *Algunos dicen que la leche de perra, de primer parto, aplicada como unguento, hace caer el cabello*.

²⁰ Aunque también las hay para oscurecerlo y amarillearlo Cfr. Puig 1998, p. 42.

²¹ Voz sin resolver, ילי en el ms.

(f. 9_{v14}) Para la rojez de la cara, es decir *gota rosácea*²³. Toma *tragacanto* blanco y puro y ponlo en agua caliente a remojo, en un cuenco nuevo y permanecerá allí 2 ó 3 días para que esté muy bien remojado y luego tira el agua y machácalo muy fino en un recipiente limpio y toma media libra de aceite de almendras dulces, y toma una onza de cera virgen y trocéala dentro del aceite, y luego mézclalos <todos estos productos> con el *tragacanto*, poco a poco y mézclalo y remuévelo muy bien, y luego ponlo y mézclalo con el unguento muy bien, y toma 2 adarnes de mercurio y mézclalo muy bien con el unguento y de esta manera se unguirá la cara con él; se tomará<n> rosas y hierba de *llantén* y se cocerán juntas en agua y con esa agua se lavará su cara y sus manos (**f. 10₁**) y sus manos una vez por semana por la noche y después de secar muy bien untará con las dos manos hasta que se absorba el unguento y se untará la cara cada noche y no se lavará la cara más que una vez a la semana y con aquella agua mencionada y tendrá éxito, con la ayuda de Dios.

(f. 10₄) Para aclarar la cara, también para eliminar su exceso de rojez. Haz agua con clara de huevos hervidos y duros de la misma manera que se hace el agua de rosas y con ella lávate por la noche y por la mañana y tendrás éxito, con la ayuda de Dios.

(f. 10₈) Para aclarar la cara. Toma media onza de jabón duro, blanco y un cuarto de onza de *cerusa* fuerte y sal y *goma* la mitad de peso, <de cada una> y asimismo *alumbre* de pluma y hueso de *sepia* en peso de 2 *peso*<s>, y un adarne de polvo sefardí y pulveríza<lo> todo a polvo y amása<lo> en clara de huevo y cuando ella quiera ir al baño lo aplicará sobre su rostro mezclado con clara de huevo y se cubrirá con un paño fino la cara hasta que sienta que se oscurece la piel y después entrará en el baño y exudará con sudor y se lo quitará <el vendaje> y lo volverá a poner allí lentamente y se lavará con agua caliente y es bueno.

²² Erupciones, postillas, lesiones cutáneas.

²³ Nombre vulgar de la amaurosis.

(f. 10₁₈) Para quitar del rostro pupa o verrugas o cualquier mancha de eczema o de cualquier otra cosa. Toma mostaza y machácala hasta <hacerla> muy fina y toma 2 huevos y ponlos en remojo en vinagre blanco bueno <durante> 9 días y después extráeles la clara y mézclala <con> el polvo de mostaza y aplica espeso sobre su rostro en el momento de acostarse y por la mañana retírese con agua caliente muy lentamente y por la noche cuando se aplique eso sobre su rostro no ponga un velo sobre él (**f. 10_{v1}**) sino que esté descubierto y después de hacer esto 9 veces toma la clara refinada y toma tuétano de espinazo de cordero y mézcla<lo> con la clara y pon<lo> sobre su rostro y espera durante una hora y calienta agua en una olla nueva y haz un baño seco sobre su rostro y retira <la mascarilla> lentamente con *śhmnyy*²⁴ y no existe <remedio> mejor.

(f. 10_{v6}) Otra receta para retirar la pupa. Toma aceite de *eufrosia* y unta continuamente y tendrás éxito, con la ayuda de Dios.

Para destacar la palidez de la cara también tendrán gran importancia el maquillaje de las cejas, ojos y labios. En los ojos es frecuente la aplicación de antimonio o tutia, que además de tener una función cosmética era una aplicación oftalmológica que mantenía los ojos libres de afecciones oculares como los ojos lagrimosos, etc.

(f. 29_{mizinf.19}) Para los ojos que tienen tumor, levadura en romance. *Atutía* y *esquenanto áloe* unt[ado] *sanamunda* que es [...] semejante al comino [...] más?] fuerte que él y dos ba[yas?] y media y se pondrá [...] hasta [...] que se mezclen y lávese con vino blanco y con piedra de *calamina* y toma eso y [...] con vino [...] [calentado] al fuego hágase siete veces y con un peso sencillo de comino y cuece todo y se retirará la espuma de él y de [...] diez y los ojos y después se pondrá en un recipiente de cobre [durante] una noche y luego en un recipiente de cristal y pon una gota o dos con una pluma de pollo en el ojo y repose y se curará.

²⁴ Voz sin resolver אשמנייא en el ms.

(f. 29v₂) [**Otra receta ...:**] Toma *incienso* y hojas de hinojo tierno, y traiga zumo de [...] ante él y leche de mujer que amamanta una niña, y al contrario, [...] a partes iguales y mézclalos juntos y pon en el ojo 2 veces ó 3 al día hasta que se separe el tumor, unas cuantas veces, y se limpiará el ojo, con la fuerza de Dios.

(f. 31₆) **Para todo mal que hay en los ojos y para la esclerótica y para todo accidente y para su turbidez y para la nube y para el oscurecimiento y para los ojos estrábicos y para el <ojo> que cae²⁵ y para los <ojos> temblorosos, y para la<s> pestaña<s> pelada<s> por ellos, y para la debilidad de las pestañas y para toda afección del ojo.** Tómese piedra de *atutía* 70 siclos, piedra de lapislázuli²⁶ puro, escoria de cobre 5 y medio, *mirra* 3 y medio, *espicanardo* 3, *costo* 7, *cúrcuma* 6, *castóreo* 7, *poleo* 4, limadura<s> de hierro que cae<n> cuando se prepara o sale de la lumbre 2, resina de lentisco 13, *cardenillo* de los *peroles* 2, *regaliz* 5 y medio, *laca* 7, *opio* 7, olíbano 7, piedra de *amatista* 14, vitriolo azul 14, *incienso* 5, pimienta blanca 1, aceite de *bálsamo* 7, *goma arábica* 2, de agua de hinojo 14, hiel de cabras húmeda 14, uvas salvajes 96.

Todos esos <productos> macháquense y afínense muy bien cada uno por separado y entonces mézclense y amásense con vino rancio; tras su amasado durante todo el día haz con ellos pastelillos pequeños y séquense a la sombra y cuando quieras aplicar, dilúyelos en vino o en leche o en agua y pondrás sobre sus ojos y se curará, con la ayuda de Dios.

Hay también recetas para los dientes (para blanquearlos, dientes descalzos o podridos, etc.) y encías (para encogerlas, que tengan buen color, etc.). Los dientes han de ser blancos, sanos y fuertes y las encías fuertes sanas y rojas, con buen color.

(f. 7v₃) **Remedios para los dientes débiles y que tienen raíces podridas.** Toma sal *gema* y machácala bien y mézclala con harina de cebada y amásala con

²⁵ Acaso se refiera al ojo *regañado*, que tiene un frunce que lo desfigura y le impide cerrarse por completo.

²⁶ También con significado de antimonio.

miel y huevo y haz un pequeño pastel y hornéalo y quémalo hasta que aparezca brasa y machácalo muy bien y con ese polvo pon alrededor de los dientes sobre las *encías*²⁷.

(f. 7v₉) Otra receta para fortalecerlos y blanquearlos: Toma un cuerno de chivo macho para varón y al contrario y quémalo y frota con él los dientes²⁸.

Sobre el cuidado del cabello hay dos cuestiones sobre las que se hace especial hincapié: **su crecimiento y salud y los tintes.**

Tan importantes son las recetas para hacer desaparecer el pelo como las que favorecen su crecimiento. Muchas de estas últimas tratan problemas dermatológicos como la tiña y también problemas de parásitos que debilitaban el pelo y su crecimiento. Estas iban destinadas tanto a mujeres como a hombres.

(f. 39₁₇) Medicinas para hacer crecer el cabello. Toma sanguijuelas, que son *orugas* y cuécelas muy bien en *lejía* y unta el lugar pelado²⁹.

(f. 39₁₈) Otra receta. Toma un *lacerto* y mávalo y cuélgalo de su cola para ahumar<lo> y esté allí hasta que salga todo su excremento de las entrañas y luego ponlo en una sartén con aceite de oliva para que se cubra y cuécelo muy bien al

²⁷ Receta muy parecida a la del *Sefer Ahavat Nashim*, Caballero 2004, pp. 134-135: *Otra receta: haz con sal y harina un pastel, quémalo hasta <convertirlo> en ceniza y espárcela sobre los dientes.* Esta preparación de una pequeña torta o pastel y después quemarlo también lo encontramos en Tròtula, fol.19vb: *aiatz pan d'ordi, ab sal de cardona, abmel mesclat, equals parts. E puis en forn crematzo;* y en *Flos del tresor de beutat*, fol. 168v: *Si vols fer les dents blanques, prin ferian d'ordi e mescla-la ab vinagre en manera que fases pa. Aprés posa.la sobre les brases en manera que sia cremat, effen pólvora. Effregu-te'n les dens.* Cfr. Cabré 1994, p. 309 y 392. Acaso este tipo de manipulación sea producto, aunque a veces modificado, del consejo de Dioscórides de quemar las sales para su aplicación y máxima efectividad: *Las sales deben quemarse... algunos cubren la sal mineral con pasta de harina de tigo, la ponen sobre las brasas y la dejan hasta que la pasta se encienda.* Cfr. Dioscórides V, 109.

²⁸ En Dioscórides II, 59: *el cuerno de ciervo limpia los dientes si se frotan con él. Hecho hervir con vinagre y enjuagado, alivia los dolores de muelas.* En el *Sefer Ahavat Nashim*, Caballero 2004, pp. 136-137, hay una receta similar, aunque más compleja: *Para blanquear los dientes, otra receta: <toma> cuerno de ciervo quemado, almástiga, rosas rojas y semilla de yusquiamo, de cada uno la misma cantidad, y mucílago de árboles de trementina. Reduce <todo> a polvo y que se frote los dientes.*

²⁹ En *Sefer Hanisyonot*, pp. 172-173, se recomienda una medida similar contra la alopecia: *Dijo el experimentador: si quemas una sanguijuela y mezclas las cenizas con aceite de oliva y untas sobre el lugar pelado, saldrá el pelo.*

fuego³⁰. Y después vacía el aceite en un recipiente limpio y unta con él el lugar y no se toque (f. 39v₁) durante muchos días³¹.

(f. 39v₁) **Otra receta.** Toma una *anguila* y quéma<la> hasta <convertirla en> ceniza y haz *lejía* y unta siempre.

(f. 39v₂) **Otra receta.** Toma zumo de *berbena* y mézcla<la> con aceite y miga de pan de cebada y sal y cera de abeja y aceite y grasa de oso hasta que tome cuerpo y úntese³².

(f. 39v₅) **Otra receta.** Untar con aceite de huevos.³³

(f. 39v₅) **Otra receta.** Cuece *agrimonia*³⁴ y lava con esto y crecerá mucho.

(f. 39v₆) **Otra receta.** Para cualquier calvicie hay que *frotar*³⁵ y después hacer<lo> con fuerza para sacar la sangre de allí³⁶ y untar la calva con la sangre misma y eso se hará 3 veces a la semana durante 3 semanas ó 4 hasta que crezcan.

³⁰ El mismo procedimiento lo encontramos en el *Tratado de patología general*, (s. XV), fol. 9v.42: *toma el lagarto del fonsari e salgalo e frielo con azeyte*. Cfr. DETEMA.

³¹ En *Trotula*, fol.4va, aparece la misma receta para ennegrecer el cabello: *O fetz coure un luert o dos en oli, mas coetz primerament lo cap e la coa, e d'aquel oli ontatz lo cabeils que voltrez fer negres sovén, e fara'ls negres e loncs e beils*. Cfr. Cabré 1994, p. 256.

³² En el *Séfer Nashim*, Caballero 2004, pp. 120-123, encontramos una receta paralela: *y dijo el compilador: toma pan de cebada con sal y grasa de ganso, y haz de todo como un emplasto; después que sea desmenuzado y aplicado sobre el lugar que quiera, brotarán los cabellos*.

³³ Se trata de una receta muy breve y precisa, lo que indica que este remedio ya era ampliamente conocido. La confección del aceite de huevos ya es citada en *El formulario de los hospitales de Ibn Abi l-Bayan* (s. XIII): *Aceite de huevo. Hace crecer el pelo; se cogen los huevos y se cuecen bien, se tira la clara y se toma la yema, se echa en una sartén de hierro y se le echa un poco de aceite ofancino y se enciende debajo de él un fuego de carbón, hasta que se queme y se va quitando su aceite sucesivamente*, p. 93.

En *Trotula* también se mencionan las propiedades de dicho aceite, así como su elaboración: *Primerament cou hom los ous entegres en aygua fins que sien durs, epuys levan hom la closca e lo blanc, e après los maiols sien torratz en una paela bela e nova e neta e menau exir-na crex e axí con n'exirà tretz-lo-ne premen tretz-ne aytant com pugatz e sia mès en una ampola de vidre*, fol. 3vb. Cfr. Cabré 1994, p. 254.

³⁴ En esta receta interviene la agrimonia por su efecto astringente. Cfr. Font Quer 1953, p. 326.

Asimismo en *Tresor de pobres* (MS. 216 de la Bibl. Univ. de València) cap. VII: *"Item bretonega, agrimonia, puliol, serpoyll, bulan tot ensems e ab aquel aigua fet li'n lavar lo cap..."*. Cfr. Faraudo.

³⁵ *Grassar*, frotar con fuerza.

(f. 39_{v10}) **Otra receta.** Toma *serpol*³⁷ y machácalo y <con> la pasta lava la cabeza o cuece el *serpol* en agua y haz un emplasto en el lugar pelado.

(f. 39_{v13}) **Otra receta.** Toma una *talpa* y quémala y haz *lejía* y lava la cabeza o cuece muy bien la *talpa* en vino puro y con ese mismo vino lava la cabeza 3 veces al día.

(f. 39_{v15}) **Otra receta.** Cuece frutos verdes de *olmo*³⁸ y también corteza de los frutos tiernos hasta que el cocimiento se espese y <sea> negro y lava con esto 3 veces al día hasta que crezcan al poco tiempo, y eso es verdad, con la ayuda de Dios.

Las fórmulas para teñir el pelo son frecuentes y ofrecen una variedad de diversos colores: blanco, rubio claro y oscuro y de negro aunque el ideal de las mujeres medievales eran los cabellos rubios. Tal vez la abundancia de tintes negros podría reflejar la tendencia del mundo musulmán, donde la moda prefería los cabellos negros. Estos tintes, además de cambiar el color del pelo, daban luminosidad al cabello y los hacían más gruesos y largos.

(f. 39_{v18}) **Para ennegrecerlos:** El cabello blanco a veces crece antes de tiempo debido a una flema blanca que sale del *estómago* o de la cabeza y para ello, los médicos, aquél que quiera mudar el blanco de los cabellos empleará tratamientos que limpian la flema blanca, como *pinaragida fortissima* de *Galeno*, *teodoricón*, *píldoras cocceist* o *píldoras hechas*, carne de (f. 40₁) carne de *coloquintida*, *turbit*, *esticados*, *incienso*, sal *gema*, *escamonea*, de todos ellos a partes iguales, semilla de hinojo, *eneldo*, *iris*, *eléboro* negro, 2 adarmes, pimienta negra una onza y media, y conviértelo en polvo y disuélve<lo> en zumo de incienso y pon allí <el> peso de un

³⁶ Este procedimiento también aparece en el *Séfer Ahavat Nashim*, Caballero 2004, p. 124, como remedio para las llagas y costras de la cabeza. Se diferencia en que la escarificación de la carne se hace mediante cal viva y no de forma mecánica como en el ms.

³⁷ Acaso utilizado como antiséptico.

³⁸ Se utilizan aquí los frutos verdes y la corteza de éstos no por ser un *crecepelelo*, sino por su facultad estíptica, que limpia los cabellos y cuero cabelludo de posibles enfermedades como la sarna. Cfr. Dioscórides, I 84.

dinar de *teodorición* de especiero, las píldoras hechas de *áloe*, y la *almástiga* y persevera con ellos para provocar <el> vómito antes de la comida, <y> también un baño. Y se acostumbrará <tomar> píldoras del llamado jarabe de *acetoso*, y si ya nacieron <los cabellos> se les ayudará con ungüentos.

Y para ennegrecer<los> tomaremos *alheña*, cáscara de alubias, *agallas*³⁹, y haremos con ellas un polvo y se disolverá con zumo de *acelga*⁴⁰.

(f. 40₁₁) **Otra receta.** Toma *agallas* 5 onzas, y cuécelas en aceite de *alheña*, 2 onzas, mirto quemado un adarme, sal *pensy*⁴¹ un adarme y machaca hasta <hacer> polvo y disuélve<lo> en agua caliente y unge la cabeza y pon sobre ella hojas de *acelga*⁴².

(f. 40₁₅) **Otra receta.** Toma *alheña*, nueva y ponla en agua y después de ablandarse, agítala y mezcla allí con ella un vaso de vinagre negro y cuéce<lo> hasta la reducción del agua y untarás constantemente con ello⁴³.

(f. 40₁₈) **Otra receta.** Toma 3 onzas de *alheña* fuerte y mezcla bien, por igual, <con> agua fría y pon en una jarra o en una jeringa y permanezca 3 días y agítalo dos veces muy bien y cada tres noches se lavará su cabeza y se dejará<n> los cabellos húmedos para que no se sequen, de modo que se cubrirá su cabeza cuando esté mojada y a la tercera noche se lavarán asimismo y quedarán los cabellos húmedos y toma el recipiente donde está la *alheña* y agíta<lo> muy bien y pon sobre (f. 40_{v1}) el fuego para que hierva un hervor y agita muy bien sobre el fuego removiendo sin cesar y después moja allí tus dedos y frota muy bien todos los cabellos y después de que los cabellos estén muy bien mojados envuelve la cabeza y permanezca así hasta la

³⁹ Las agallas tal vez fueron utilizadas antes que la *alheña* para teñir los cabellos. Así, por ejemplo, Dioscórides no cita en su *Materia médica* ninguna cualidad relevante de la *alheña* como tinte o reforzante del cabello. Sobre las agallas: *remojadas en vinagre o en agua ennegrecen los cabellos*. Cfr. Dioscórides, I 107.

⁴⁰ Zumo también utilizado en la receta {f. 41₃}. Según Dioscórides, II 123, sobre la *acelga* dice que: *la decocción de sus raíces y de sus hojas limpian la caspa y las liendres*.

⁴¹ Voz sin resolver, פנסי en el ms.

⁴² En *Trotula*, fol. 4vb, se utiliza también como emplasto una hoja de *acelga*, en una receta para ennegrecer el pelo de las pestañas y cejas: *...e fetzne emplaste e estia sobre les seyles e les pastanyes tota I nit o I dia ab fuyla de bleda ligat*. Cfr. Cabré 1994, p. 257. Al respecto, Dioscórides, II 123, cita: *Las hojas de acelga crudas se deben aplicar en forma de cataplasma*.

⁴³ En *Lilio de medicina* (1495) se dice sobre la *alheña*: *deues notar que la alheña es de tal virtud que si la desfacen con azeite añejo ennegrece los cabellos e si la desfacen con vino tinto facelos bermejos* (fol. 43v80). Cfr. DETEMA.

mañana y haz lo mismo 3 días o hasta 4 veces al día sin lavado de otra agua y tras la última vez secará su cabeza muy bien al <calor del> fuego y permanecerá 7 días y de allí en adelante se lavará su cabeza con lo que quiera y no hay necesidad de volver a intervenir con esto hasta <dentro de> medio año o hasta <al cabo de> 2 años.

(f. 40_{v9}) Otra receta. Toma cáscara de *ciprés*⁴⁴, también sus frutos y cuéce<lo> en vino o en vinagre y lava con ello y será beneficioso.

(f. 40_{v11}) Otro asunto: para ennegrecer el cabello blanco o para amarillear<lo>. Toma *greda* y el doble de cal y pulveriza todo mucho y mezcla con agua como haciendo todo un *buñuelo*, que sea fino y lava el cabello y el lugar y toma 3 huevos mezclados, mejor explicado: *batidos* como para el caso, *ywsyl*⁴⁵ todo aquel lugar y el cabello, y así harás al comienzo de la noche y permanecerá toda la noche enrollado en un paño fino, antes de enrollarlo lávese apenas un poco con vinagre fuerte y por la mañana lávese su cabeza con vino blanco y <sus cabellos> serán rubios, o con agua fría y serán negros. Y arréglese el cabello con un peine para limpiarlo del polvo de la cal y de la *greda*. Y al cabello que crezca blanco se hará así y ennegrecerá.

(f. 40_{v21}) Otra receta para ennegrecer. Toma *ortigas* malas, las grandes, y cuécelas con vinagre rojo y finalmente pon allí a cocer leche en un cuenco lleno y con eso se lavará la cabeza <durante> 9 días y no con otra cosa.⁴⁶

(f. 41₁) Para amarillearlos. Quema posos de vino cocido y quema *hiedra* y machaca hasta <hacer> polvo y mezcla con aceite de *esquenanto* <durante> 5 días.

⁴⁴ En Dioscórides , I 74, sobre las cualidades curativas del ciprés encontramos: *El ciprés astringe, enfría. Sus hojas majadas con vinagre, tiñen los cabellos.*

⁴⁵ Voz sin resolver, ג'רשיל en el ms.

⁴⁶ Existe un paralelo de esta receta en el *Séfer Ahavat Nashim*, Caballero 2004, p. 122. Las únicas variaciones residen en la utilización del remedio, en este último para teñir de rubio el cabello y en uno de sus ingredientes, agua en lugar de leche: *Otra: que cueza ortigas mayores en vinagre tinto y al final de la cocción añada un cuenco lleno de agua. Que lave sus cabellos con esto durante nueve días, y con ninguna otra cosa.* Cfr. *Séfer Ahavat Nashim*, Caballero 2004, p.122-123.

(f. 41₃) **Para volverlos finos y limpios.** Toma piedra de *nitro* o en su mayor medida *espuma marina* y mezcla con agua caliente y se lavará <juntamente> con zumo de *malva* o de *acelga*⁴⁷.

(f. 41₅) **Otra receta.** *Nitro* y toma frutos secos⁴⁸ o harina de *altramuces* con agua de *coloquintida* o con hiel de toro o con *áloe* o con zumo de mirto, todos esos <productos> harán efecto, pero se puede untar al principio con aceite *violado*.

(f. 41₉) **Otra receta.** Serán muy beneficiosos pepinos amargos quemados y mezclados en aceite de *neguilla* quemada con leche de loba u osa⁴⁹ allí mezclada.

(f. 41₁₁) **Para rizarlos.** Toma una onza de cal, *litargirio*, *'mylmysh*⁵⁰, *agallas*, dos adarnes a partes iguales, y agita hasta pulverizar y mezcla con zumo de arrayán y unta con eso y amarra <los cabellos> con un hilo y continúa untando y estarán <así> 3 días y después lávalos con *alheña*.

En general no se habla de los tratamientos de belleza que afectan a otras partes del cuerpo femenino. Tan sólo encontramos alguna referencia a las manos, pechos, vientre y carnes en general en el *Tròtula* del Mestre Joan.

Es importante también el tema del olor tanto corporal como el del aliento o el producido por alguna dolencia concreta. Tienen aquí gran importancia los perfumes así como la higiene.

En conclusión, tal y como afirma la Dra. Mercè Puig en su trabajo⁵¹, “la mujer bella en la Baja Edad Media tenía la piel fina, suave, fresca, joven y blanca. El rostro sin arrugas ni vello, limpio de imperfecciones como granos, manchas e impurezas, pálido aunque con las mejillas rosadas, la frente ancha, cejas poco pobladas y pintadas

⁴⁷ Esta receta es una clara combinación de medicamentos simples. El nitro, como todas las sales, es caliente, seco, astringente y limpiador; la espuma de mar tiene una potencia detergente y resolutive; la acelga es limpiadora y disolvente como la malva, que además es emoliente. Cfr. Kulliyat, pp. 331, 319, 327 y 337.

⁴⁸ En el *Séfer Ahavat Nashim*, Caballero 2004, p. 124, aparecen también los frutos secos como remedio contra las llagas y costras de la cabeza.

⁴⁹ En el ms. ambos animales en masculino.

⁵⁰ Voz sin resolver, שמיילמי en el ms.

⁵¹ Puig 1998, p.48.

o teñidas de negro como las pestañas, los ojos resaltados con antimonio. La boca y encías rojas y los dientes sanos y fuertes. Los cabellos, normalmente lisos, largos, espesos y brillantes, suaves teñidos de rubio o de negro. El cuello largo, las manos blancas y lisas y los pechos pequeños, duros y redondos. Además tenía de tener las carnes prietas, el sexo estrecho aparentando virginidad y su cuerpo tenía que desprender un olor agradable”.

Este ideal era, como he dicho antes, compartido tanto por cristianas, judías y musulmanas⁵².

⁵² Véase Al-Saqati (ss. XII-XIII) que llega a exponer un auténtico esbozo erotológico al tratar los fraudes de los vendedores de mujeres. Cfr. Tena 2008, pp.45-61.

BIBLIOGRAFÍA

Blasco 2011: Meritxell Blasco Orellana, “Magia médica o medicina mágica en los manuscritos hebreos medievales”, *El Prezente. Studies in Sephardic Culture* 5 (2011), pp. 35-54.

Caballero 1999: Carmen Caballero Navas, ““El libro de amor de mujeres” o “Libro del Régimen de las Mujeres”. Un compendio de saberes femeninos escritos en hebreo”, *Miscelánea de Estudios Árabes y Hebraicos. Sección de Hebreo*, 48 (1999), pp. 77-93.

Caballero 2004: *The Book of Women’s Love and Jewish Medieval Medical Literature on Women: Sefer Ahavat Nashim*. London, New York, Bahrain: Kegan Paul, 2004.

Caballero 2008: Carmen Caballero Navas “Mujeres, cuerpos y literatura médica medieval en hebreo” *Asclepio*, vol.LX, nº1 (2008), pp. 37-62.

Cabré 1994: Montserrat Cabré i Pairet. *La cura del cos femení i la medicina medieval de tradició llatina. Els tractats 'De ornatu' i 'De decorationibus (sic) mulierum' atribuïts a Arnau de Vilanova, 'Tròtula' de mestre Joan, i 'Flos del tresor de beutat', atribuït a Manuel Díeç de Calatayud*. Tesis doctoral, Departamento de Historia Medieval, Paleografía i Diplomática. Facultad de Geografía e Historia, Universitat de Barcelona 1994.

DETEMA: Maria Teresa Herrera: *Diccionario español de textos médicos antiguos*, 2 vols., Madrid, 1996.

Dioscórides. *Plantas y remedios medicinales (De Materia Medica) Libros I- II. Introducción, traducción y notas de Manuela García Valdés*. Madrid 2002.

Dioscórides. *Plantas y remedios medicinales (De Materia Medica) Libros III- V. Introducción, traducción y notas de Manuela García Valdés*. Madrid 2002.

FARAUDO: *Vocabulari de la llengua catalana medieval de Lluís Faraudo de Sant-Germain*. Institut d’Estudis Catalans. <http://www.iec.cat/faraudo/>

Font Quer 1953: Pio Font i Quer: *Diccionario de Botánica*. Barcelona 1953

Iradiel 1986 : Paulino Iradiel, “Tenir cura del cos, tenir cura de la imatge: els paradigmes de la bellesa femenina a la València de la Baixa Edat Mitjana”, *Debats* 16(1986), pp. 4-19.

Kulliyát: Abú-l-Walíd Ibn Rushd (Averroes): *El libro de las generalidades de la medicina* [Kitáb al-Kulliyát fíl-tibb]. Traducción de María de la Concepción Vázquez de Benito y Camilo Álvarez Morales. Madrid 2003.

Puig 1998 : Mercè Puig Rodríguez-Escalona, “La bellesa femenina a l'Edat Mitjana segons els tractats de cosmètica” Centre Dona i Literatura, Universitat de Barcelona eds., *Belleza escrita en femenino*, Barcelona 1998, pp. 39-48.

Sefer Hanisyot: *Sefer Hanisyot*, editado y traducido al inglés por J. Leibowitz y S. Marcus, Jerusalem 1984.

Tena 2008: Pedro Tena Tena, “Mujer y cuerpo en Al-Ándalus”, *Studia historica. Historia medieval*, 26, (2008), pp. 45-61