

Memorias del patrimonio alimentario romano: una reflexión**Memórias do património alimentar romano: uma reflexão****Memories of the Roman food heritage: a reflection****Recibido: 30/03/2020****Aprobado: 11/09/2020****Publicado: 14/11/2020****Tatiana Raquel Vieira Silva¹****António Raposo²****Otília Maria da Silva Freitas³**

Esta es una reflexión, basada en estudios históricos, y con el objetivo de reflexionar sobre la evolución alimentaria y los rituales de la antigua civilización romana. Esta reflexión se estructuró sobre la base de las preguntas: *¿Cuál es el origen alimentario de la civilización romana? ¿Qué diálogo existe entre la alimentación y la cultura romana? ¿Cuáles son los patrones alimentarios de la sociedad romana y el significado simbólico que se le atribuye a la comida?* Se presentaron los siguientes ejes temáticos: *Origen alimentario de la civilización romana; Aspectos de la cultura romana; Patrones alimentarios de la sociedad romana; y Significado simbólico de los alimentos.* Se encontró que había una alimentación deficiente, como la falta de vitaminas y minerales, derivada de las desigualdades sociales en las comunidades pobres, y una dieta exuberante para los ricos, que influyó en el estilo de alimentación y el modo de vida del pueblo romano. Además, la expansión del Imperio Romano indicaba fuertes influencias griegas, místicas y religiosas, así como en el proceso salud-enfermedad. Para comprender el progreso de una sociedad, la alimentación es una estrategia interpretativa de las costumbres y los valores y amplía la conciencia de la memoria del pasado de un pueblo.

Descriptor: Dieta; Cultura; Historia; Mundo romano.

Trata-se de uma reflexão, com base em estudos históricos, e com o objetivo de se refletir acerca da evolução alimentar e rituais da antiga civilização romana. Esta reflexão foi estruturada a partir dos questionamentos: *Qual a origem alimentar da civilização romana? Que diálogo existe entre a alimentação e a cultura romana? Quais os padrões alimentares da sociedade romana e a significação simbólica atribuída aos alimentos?* Apresentou-se os seguintes eixos temáticos: *Origen alimentar civilizacional romana; Aspectos da cultura romana; Padrões alimentares da sociedade romana; e Significação simbólica dos alimentos.* Verificou-se que havia deficiente alimentação, como a carência de vitaminas e minerais, derivada de desigualdades sociais em comunidades pobres, e uma alimentação exuberante para os ricos, o que influenciou o estilo alimentar e a forma de vida do povo romano. Também, a expansão do império romano apontava forte influência grega, mística e religiosa, bem como no processo saúde-doença. Na compreensão do progresso de uma sociedade, a alimentação é uma estratégia interpretativa dos costumes e valores e, amplia a tomada de consciência da memória do passado de um povo.

Descritores: Dieta; Cultura; História; Mundo romano.

It is a reflection, based on historical studies, and with the aim of reflecting on the food evolution and rituals of the ancient Roman civilization. This reflection was structured based on the questions: *What is the food source of Roman civilization?; What dialogue exists between food and Roman culture?; and What are the dietary patterns of Roman society and the symbolic significance attributed to food?;* The following thematic axes were presented: *Roman civilizational food origin; Aspects of Roman culture; Food patterns of Roman society; and Symbolic meaning of food.* It was found that there was a deficient diet, such as a lack of vitamins and minerals, due to social inequalities in poor communities, and an exuberant diet for the rich, which influenced the food style and way of life of the Roman people. Also, the expansion of the Roman empire pointed to a strong Greek, mystical and religious influence, as well as, in the disease health process. In the understanding of the progress of a society, food is an interpretative strategy of customs and values and, it increases the awareness of the memory of a people's past.

Descriptors: Diet; Culture; History; Roman word.

1. Estudiante de Nutrición de la Escola de Ciencias e Tecnologia em Saúde na Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia (ULHT), Lisboa, Portugal. ORCID: 0000-0002-4512-6526 E-mail: tatianasilva2611@hotmail.com

2. Nutricionista. Doctor en Salud Animal y Seguridad Alimentaria. Profesor del Curso de Graduación en Nutrición y del Centro de Ciencias e Tecnologia em Saúde de la ULHT, Lisboa, Portugal. ORCID: 0000-0002-5286-2249 Email: antonio.raposo@ulusofona.pt

3. Enfermera. Maestra y Doctora en Enfermería. Profesora, Coordinadora del Curso de Graduación en Enfermería y miembro del Centro de Investigación em Tecnologias e Serviços de Saúde de la Universidade da Madeira, Portugal. ORCID: 0000-0001-8393-8683 E-mail: omsfreitas@uma.pt

INTRODUCCIÓN

La alimentación se considera parte integrante del patrimonio material e inmaterial de la humanidad^{1,2}. La base de la alimentación es la preparación y el uso de los alimentos, haciéndolos comestibles a través del arte de la cocina, que se ha practicado desde el principio de la existencia humana.

Contrariamente a lo que la mayoría piensa, la dieta se refiere al conjunto de sustancias alimentarias que constituyen el comportamiento nutricional de los seres vivos, y puede tener variaciones en términos de: individuo, cultura, entorno social, y no es sólo un producto de la moda, sino que puede ser una forma de mantener un estilo de vida saludable junto con la salud.

La alimentación va mucho más allá de ser un acto solitario y autónomo del ser humano o un hilo conductor de la sociedad o incluso algo que es sólo una sollicitación del cuerpo para el mantenimiento y el equilibrio de sus funciones vitales³.

Cada civilización tiene sus alimentos estándar, sus especificidades de cocina, sus costumbres y combinaciones en el arte de la creación alimentaria cotidiana. Desde las primeras civilizaciones (como la romana), las poblaciones han estado cada vez más preocupadas por la implantación de una buena alimentación y nutrición, con la relevancia del equilibrio nutricional.

En la antigua civilización romana, la alimentación, más allá de una necesidad de supervivencia y una necesidad vital común a los humanos⁴, tenía una connotación ascendente y un amplio significado sociocultural. Los romanos interpretaban las rutinas alimentares como cultura e influencia social, religiosa y espiritual⁴. Por lo tanto, este trabajo tiene como objetivo reflexionar sobre la evolución de los alimentos y los rituales de la antigua civilización romana.

MÉTODO

Esta es una reflexión, que trae la memoria descriptiva de la alimentación como patrimonio de la antigua civilización romana, vinculando la cultura con los significados de los rituales alimentarios.

La memoria descriptiva fue guiada por las preguntas: *¿Cuál es el origen alimentario de la civilización romana? ¿Qué diálogo existe entre la alimentación y la cultura romana? ¿Cuáles son los patrones alimentarios de la sociedad romana y el significado simbólico que se le atribuye a la comida?*

Se describe la evolución de los patrones alimentarios de la sociedad romana a lo largo del tiempo en permanente diálogo con el patrimonio sociocultural: orígenes, valores y costumbres, hábitos y diferenciaciones estratigráficas modeladoras.

RESULTADOS

Teniendo en cuenta las preguntas orientadoras, este estudio se organizó en los siguientes ejes temáticos: *Origen alimentario de la civilización romana; Aspectos de la cultura romana; Los patrones alimentarios de la sociedad romana; y Significado simbólico de los alimentos*. Como base se consideraron 13 referencias en la presentación del material.

DISCUSIÓN

Origen alimentario de la civilización romana

Desde los orígenes de los pueblos, las ciudades y las religiones suelen asociarse y acoplarse a episodios y acontecimientos legendarios, a antepasados místicos y religiosos, aunque en su mayor parte los relatos se basan en aspectos verídicos⁵.

En el pasado, el uso y la recurrencia de la combinación divina con la realidad humana era aceptable y común, para explicar y ennoblecer el origen de las ciudades, pueblos y regiones de una manera más simple y clara⁶.

La explicación mitológica asociada al origen de Roma se basa en el mito de *Rómulo* y *Remo*⁵, un evento que ocurrió después de la caída de Troya, que según la leyenda eran hermanos gemelos, y *Rómulo* sería el fundador de la ciudad de Roma y su primer rey.

A su vez, *Amúlio* era un rey tirano, y al enterarse del nacimiento de los gemelos, los arrojó al río Tíber para encubrir el sacrilegio cometido por su madre. La corriente los llevó a la orilla del río y fueron encontrados por una loba, que los amamantó en la cueva de Luperca, al sudeste del monte Palatino, hasta que fueron encontrados por el pastor *Fáustulo*, que los crió como hijos junto con su esposa⁵.

Este mito se dirige a la cultura alimentaria romana, marcada por una economía agrícola y pastoral⁷. Como característica de la época, la agricultura impulsó la producción de alimentos utilizados por la población, llamados "*provenientes de la tierra*"⁸.

En este período de economía rural y de subsistencia, se observó en paralelo al desarrollo de una maquinaria agrícola, una revolución industrial, que ha desencadenado el movimiento migratorio hacia las ciudades, en busca de mejores condiciones de vida. Esta explosión demográfica urbana desencadenó notables problemas sociales en esta civilización, con la aparición de diversos estratos sociales y el desempleo, que, entre otras cosas, provocó una escasez de alimentos.

Este acontecimiento histórico se refiere a la *Política del Pan y Circo*¹, creada por el emperador, que consistía en ofrecer comida y espectáculos de entretenimiento al pueblo para evitar manifestaciones de descontento⁹.

La dieta deficiente, como la falta de vitaminas y minerales, derivada de las asimetrías acentuadas en los estratos sociales, influyó en el estilo de alimentación y el modo de vida del pueblo romano.

Aspectos de la cultura romana

La cultura, en su sentido amplio, abarca el conocimiento, las creencias, el arte, la ley, la moral, las costumbres y hábitos, sin excluir alimentarios, y las habilidades adquiridas por los seres humanos como individuos y como miembros integrales de una familia, grupo y sociedad⁴.

La cultura alimentaria romana abarcaba diferentes vertientes con amplios significados, a saber, en las áreas de: economía, política, sociocultural, religión y espiritualidad, ética y moral, cognitiva y estética³.

Roma fue uno de los mayores imperios de la antigüedad y promovió la aglomeración de varias culturas y fue fuertemente influenciada y determinada por la cultura griega⁸. Los romanos, en sus hábitos alimentarios, fueron influenciados a través de la interpretación de las obras, el arte, la pintura, la arquitectura⁵.

La comida es un tema frecuente en las representaciones artísticas romanas y la arquitectura¹. La Figura 1 elucida la influencia griega en la pintura romana¹⁰ al magnificar un banquete en un mosaico romano encontrado en Cartago.

Por el contrario, la población de menores recursos económicos tenía una dieta deficiente en valores nutricionales, hasta el punto de que la malnutrición traía consigo enfermedades como el escorbuto, el raquitismo, la avitaminosis y la osteoporosis⁵.

Algunos de los alimentos más comunes de la antigua civilización romana, excepto el alimento básico, el cereal⁵, son bastante amplios y diversos, incluyendo: 150 especies de mariscos - pescado, moluscos, ostras, langostas; y carnes de cerdo, jabalí, cordero, liebre, conejo, pollo, faisán, ganso, pato, paloma, pavo real, avestruz, oso y camello. La carne de vacuno no era común en esta antigua civilización.

La dieta de los romanos primitivos, los pobres y los que rechazaban el lujo de la mesa, consistía en legumbres como la col, las habas, las lentejas y los garbanzos; y en las zonas junto al mar o los ríos, era común el pescado salado o seco para una mejor conservación y para los días de mayor necesidad. También se consumían y conservaban los frutos de la época, como peras, manzanas, higos; y también nueces y aceitunas⁵.

A través de los cereales se elaboraba el pan o la comida básica más típica de esta época, una mezcla de agua y cereales (trigo o espelta), que formaba una papilla, llamada *Puls*⁵.

Con la evolución del Imperio Romano se introdujeron varios alimentos¹² en la cultura alimentaria romana como: garbanzos y frijoles. También se puede mencionar: jamón de Bélgica, ostras de Gran Bretaña, caza silvestre de Túnez, flores de Egipto, lechuga de Capadocia.

La diversidad de alimentos en la antigua civilización romana ya era evidente, excepto por los productos que América puso posteriormente a disposición, a saber: azúcar, frijoles, papas, tomates, té y café³.

La comida se preparaba de manera diferente a la actual, asociando los sabores dulces a los salados, así como el uso excesivo de especias y hierbas como: pimienta, comino, ajo, perejil, orégano, cebolla, miel y azafrán; así como el arroz se utilizaba como espesante para las salsas⁵.

En la antigua Roma, las comidas se dividían en tres partes: el *Jentaculum*, el *Prandium* y la *Cena*¹. El *Jentaculum* era la primera comida del día, consumida tan pronto como se levantaban. Consistía en pan, queso, huevos y leche; y el pan podía ser empapado en vino caliente o regado con aceite y "frotado" con ajo. La leche más consumida era la de cabra o de oveja, ya que la de burro o yegua se reservaba exclusivamente para fines medicinales y de belleza. Además, durante el Imperio y bajo la influencia de algunos médicos, era costumbre beber sólo agua por la mañana¹.

Alrededor del mediodía, la alimentación era más sencilla y así el *Prandium* reunía una degustación de lo que se consideraba estrictamente necesario para recobrar fuerzas, sin ningún tipo de ceremonia, a menudo solo, y en cualquier lugar, generalmente con tendencia a comer de pie. Podría incluir restos de comida del día anterior, fiambres, frutas y quesos, acompañándose con *mulsum* (vino mezclado con agua y miel para "romper" el contenido de alcohol, ya que se ingería durante el período de trabajo)¹.

La *Cena* correspondía a la comida principal del día y comenzaba a la décima hora, que correspondía a las cuatro horas de la tarde, ya que los romanos contaban las horas desde el amanecer hasta el anochecer¹.

Significado simbólico de los alimentos

La Historia de la alimentación tiene el reto de centrar el alimento en su trascendencia como símbolo³.

La mitología romana representaba formas de explicación de la realidad sin explicación científica. Desde el punto de vista de Centeno, "la comprensión de la mentalidad de los primeros habitantes de las pequeñas aldeas (...) requería la aclaración (...) de las entidades que llenan la esfera sagrada de un romano"⁵.

La religión tradicional romana no contenía dogmas, era práctica e inmediata, incluyendo el culto a los ancestros, a los dioses públicos y la creencia en los auspicios y prodigios que consistían en manifestaciones divinas a través de la naturaleza⁵.

A lo largo de la historia de la civilización romana, la alimentación ha alcanzado una importancia simbólica en los campos de la política y la religión, con la comida sirviendo como marca de distinción entre diferentes clases y nacionalidades. Por otra parte, la alimentación ha contribuido a la socialización a través de la preparación colectiva de comidas, al sentido de patria y a la fijación local de individuos o grupos¹³.

Los alimentos siempre han estado relacionados con el proceso de salud-enfermedad, ya que su abundancia o escasez ponía en duda incluso la supervivencia humana.

En estos tiempos se daba gran importancia al culto del sacrificio de animales vivos y sólo a través de éste se podía consumir y tener el estatus de carne apta para el consumo¹¹. La carne se consumía poco por diversas razones, entre ellas las ético-religiosas³, ya que cualquiera que matara un animal bovino sería castigado con la muerte o el exilio. Pero los cereales se consideraban alimentos "*sagrados*" y la base de la alimentación.

Otros símbolos trascendentales de la época se describen como: el derrame del salero que significaba el presagio de la muerte; el picor de la carne con la punta del cuchillo que representaba la herida de los muertos; la comida que caía al suelo y no podía ser barrida porque se pensaba que pertenecía a los muertos que estaban presentes; y, el sueño de beber agua caliente, una proclamación de enfermedad. La almendra amarga también se usaba de forma medicinal, mascada antes de los excesos, presente en la creencia de que se evitaba la embriaguez.

La alimentación y los alimentos de la civilización romana eran símbolos de identidad; pertenencia; comunicación y de reconocimiento cultural, social y espiritual.

CONCLUSIÓN

A través de la memoria histórica descriptiva de la evolución alimentaria de la antigua civilización romana, se espera contribuir a la difusión de una parte del patrimonio de la humanidad que, a través de la alimentación basada en sus raíces, puede preservar la experiencia previa manifestada por los hábitos o los recuerdos alimentarios y la conciencia del pasado como tal.

La ampliación geográfica, de lo rural a lo urbano, en la época de la expansión del territorio romano y la consiguiente aglutinación de las diferentes culturas ha provocado una globalización de los hábitos alimentarios.

La sociedad romana partió de bases agrícolas y pastorales para su subsistencia y los movimientos migratorios mostraron una discrepancia y diferenciación significativa en la estratificación de las clases sociales, con desigualdades que generaban su modelo alimentario.

Desde el punto de vista sociocultural, la religión y los griegos, la socialización y los contextos comunicativos influyeron en la sociedad romana, aportando un gran impacto a la mesa y a los hábitos alimentarios. La alimentación adquiere amplios significados culturales y sociales, provenientes de un condicionamiento social, un estado psicológico y una forma de mantener la vida.

Como limitaciones de esta reflexión, se señala el enfoque histórico, alimentario y cultural de una civilización que puede explorarse en otros aspectos. Sin embargo, se trató de ampliar el conocimiento y la comprensión de la evolución histórica de la alimentación romana, lo que requirió estudios y una mayor exploración histórica, uniendo allí contribuciones multidisciplinarias.

REFERENCIAS

1. Bustamante RMC. “Diz-me o que comes e te direi quem és”: uma representação musiva de xênia na África Romana. In: Soares C, Macedo IC, organizadores. Ensaio sobre o património alimentar Luso – brasileiro. Coimbra, Portugal: Imprensa da Universidade de Coimbra; 2014. p. 51-68
2. Henrique N. Hábitos alimentares no Império romano: notícias sobre os comportamentos animais e habitats no de *alimenterum facultatibus* de Galeno. In: Soares C, Dias PB., organizadores. Contributos para a história da alimentação na antiguidade. Coimbra, Portugal: Imprensa da Universidade de Coimbra; 2012. p. 57-67
3. Carneiro HS. Comida e sociedade: significados sociais na história da alimentação. Hist Quest Debates (Curitiba) [Internet]. 2005 [citado en 06 oct 2020]; 42:71-80. Disponible en: <https://revistas.ufpr.br/historia/article/view/4640/3800>
4. Lima MFF. Comida como cultura [Resenha]. Rev Ciênc Soc. [Internet]. 2009 [citado en 06 oct 2020]; 40(1):107-11. Disponible en: <http://www.periodicos.ufc.br/revcienso/issue/view/69>
5. Centeno R. Civilizações clássicas II – Roma. Lisboa, Portugal: Universidade Aberta; 2007.
6. Lívio T. História de Roma. Volume 1, Cap. 1. Brasil: Paumape; 2018. p. 33-85.
7. Paterniani E. Agricultura sustentável nos trópicos. Est Avanç. [Internet]. 2001 [citado en 18 dic 2019]; 15(43):307-24. Disponible en: <https://www.scielo.br/pdf/ea/v15n43/v15n43a23.pdf>
8. Funari PP. Grécia e Roma. São Paulo: Alameda Casa Editorial; 2001.
9. Gonçalves JW. Roma e a questão geográfica. Biblos: Rio Grande; 2005.
10. Campos, A. Alimentação dos romanos pode ter contribuído para a queda do império [Internet]. National Geographic Portugal, Grandes Reportagens História; set 2014 [citado en oct 2019]. Disponible en: <https://nationalgeographic.sapo.pt/historia/grandes-reportagens/1421-comida-romanos-set2014>
11. Flandrin JL, Montanari M. História da alimentação II: da idade média aos tempos actuais. Lisboa, Portugal: Terramar; 2001.
12. Purcell N. The way we used to eat: diet, community, and history at Rome. Am J Philol. [Internet]. 2003 [citado en 22 oct 2019]; 124(3):329-58. Disponible en: <https://muse.jhu.edu/article/47134/pdf>
13. Brandão J, Oliveira F. História de Roma Antiga: das origens à morte de César. Coimbra, Portugal: Imprensa da Universidade de Coimbra; 2015. v. 1.

CONTRIBUCIONES

Tatiana Raquel Vieira Silva trabajó en la concepción, obtención y análisis de los datos y la redacción. **António Raposo** contribuyó en la concepción y revisión. **Otília Maria da Silva Freitas** participó en la concepción, análisis de datos, redacción y revisión.

Como citar este artículo (Vancouver)

Silva TRV, Raposo A, Freitas OMS. Memorias del patrimonio alimentario romano: una reflexión. REFACS [Internet]. 2020 [citado en *insertar el día, mes y año de acceso*]; 8(Supl. 3):1107-1113. Disponible en: *insertar el link de acceso*. DOI: *insertar el link de DOI*.

Como citar este artículo (ABNT)

SILVA, T. R. V.; RAPOSO, A.; FREITAS, O. M. S. Memorias del patrimonio alimentario romano: una reflexión. REFACS, Uberaba, MG, v. 8, p. 1107-1113, 2020. Supl. 3. Disponible en: *insertar el link de acceso*. Acceso en: *insertar el día, mes y año de acceso*. DOI: *insertar el link de DOI*.

Como citar este artículo (APA)

Silva, T.R.V., Raposo, A., & Freitas, O.M.S. (2020). Memorias del patrimonio alimentario romano: una reflexión. REFACS, 8(Supl. 3), 1107-1113. Recuperado en: *insertar el día, mes y año de acceso de insertar el link de acceso*. DOI: *insertar el link de DOI*.