

# MEDICINA y SEGURIDAD *del trabajo*

## La historia, la comida, la salud. Un vínculo siempre más estrecho entre alimentación y medicina

The history, the food, the health. A bond always more tight between feeding and medicine

**Giovanna Motta**

Cátedra de Historia Económica de "La Sapienza"  
Sapienza Università di Roma. Roma (Italia)

Recibido: 14-06-09

Aceptado: 15-03-10

Correspondencia:

Dra. Giovanna Motta

Dipartimento di Storia Moderna-Dottorato di Ricerca in Storia d'Europa

Sapienza Università di Roma

Piazzale Aldo Moro, n°5

00185 Roma. Italia.

Fnos: 06/3233132 y 339/7423407

E-mail: Giovanna.Motta@uniroma1.it

## Resumen

En las sociedades del Antiguo Régimen la influencia del pensamiento científico racionalista puesta en acto en el Siglo de las Luces es básico para que se afirme una nueva cultura médico-científica en el contexto en que cambia también la relación con la comida. Alimentarse asume entonces un valor social e inspira consideraciones más profundas sobre la salud, atrayendo siempre más la atención de los médicos sobre la dieta, sobre las condiciones ambientales e higiénicas. Pero desde la edad media obras específicas (como, por ejemplo, los Tratados) indican las propiedades de los alimentos y los beneficios que llevan consigo; desaconsejan otros hasta llegar a la prescripción médica del ayuno como verdadera terapia, afirmando así la estrecha relación entre alimentación y salud. Los "recetarios" de los hospitales indican un uso apropiado de determinadas comidas, hierbas, plantas, frutas, ensaladas, que al mismo tiempo se encuentran en las páginas de los naturalistas y hasta en las de los cocineros. Lo que más vale es el hecho de que no se justifica ya los banquetes excesivamente ricos de la aristocracia con un número de platos extraordinario, pues el triunfo de la sociedad burguesa –que también emplea la comida como indicador social para evidenciar las diferencias– lleva a reducir los gastos. La mesa a lo largo del tiempo se aligera y a medida que el conocimiento aumenta, se afirma la concepción básica que para gozar de una buena salud es necesario evitar los excesos de la alimentación.

*Med Segur Trab (Internet) 2010; 56 (218): 93-99*

**Palabras claves:** Alimentación, salud, ayuno, comida, receta, sociedad, burguesía, medicina.

## Abstract

In the *Ancien Regime* societies, during the age of Enlightenment, the influence of scientific and rational thinking paved the way to a new medical culture. In this new medical approach, food habits dramatically changed. Alimentation assumed a social role and a deeper attention was devoted to health. Doctors started to focus on diet, hygienic conditions, environmental quality. Since Middle Age specific works (*tractati*) were devoted to food properties by indicating benefits of some foods and warning against others. Doctors prescribed fasting as a therapy. Henceforth a deeper relation between health and food was established. The recipe books (*ricettari*) of hospitals reported the appropriate purpose of foods, vegetables and herbs, fruits and salads whose pictures appeared in naturalist as well as in cooking books. The excessive and luxurious banquets of the aristocracy were subsequently replaced by the cheaper meals of the Bourgeoisie, although the burghers used food as a way to mark social differences. As the scientific knowledge advanced food habits became healthier through centuries. A basic concept to avoid alimentary excesses prevailed in contemporary age.

*Med Segur Trab (Internet) 2010; 56 (218): 93-99*

**Key Words:** Alimentation, health, food habits, meal, banquet, society, bourgeoisie, medicine.

## LA HISTORIA, LA COMIDA, LA SALUD. UN VÍNCULO SIEMPRE MÁS ESTRECHO ENTRE ALIMENTACIÓN Y MEDICINA

Después de las vanguardias de inicios del 1900, la historiografía europea, aún de diversa matriz, ha ampliado su campo de investigación abriéndose hacia nuevas temáticas. Después de las historias de los grandes personajes y de sus historias individuales, se ha construido una historia colectiva fundada sobre los hombres ordinarios y sobre los acontecimientos de cada día, en conexión con las demás ciencias sociales – según lo que ya habían señalado Marc Bloch, Lucien Febvre, Fernand Braudel y los demás historiadores reunidos en torno a las dos ilustres revistas, “Past and Present” y “Les Annales”-. ¿Cómo vivían, qué comían, cómo se curaban las masas sin voz que poblaban las ciudades y los campos de Europa entre 1500 y 1700? Estas son las preguntas que los historiadores se han cuestionado desde que nació la historia social, atenta a la evolución de las sociedades en la edad moderna. A lo largo del *Antiguo régimen*, profundas transformaciones intervienen, cambiando el contexto jurídico-institucional, económico-social y cultural: el nacimiento del Estado moderno, centralizado y laico; el primer capitalismo del siglo XVI; la revolución científica del siglo XVII; el éxito del pensamiento racionalista de la Ilustración del siglo XVIII. Todas estas transformaciones, juntas, constituyen transiciones memorables que cambian el aspecto del *Viejo Continente*.

En el sector específico de la medicina también, el tiempo no pasa en vano (aunque habrá que esperar al 1800 para atender a los grandes éxitos en este terreno). Durante los tres siglos analizados, el avance de la cultura médica y científica conlleva una nueva mentalidad; una manera nueva de entender la relación entre comida y salud: por una parte, con la conquista de América crece la oferta alimentaria, por otro, la lógica de los contrarios específica para la dieta galénica – húmedo y caliente, dulce y fuerte, etc – empieza a tener en cuenta el valor nutricional de los alimentos, su capacidad de ofrecer o no un sentimiento de saciedad. A principios del siglo XVIII se identifican directamente las sustancias presentes en los alimentos (Cipolla), sin que estos sean paragonados con los conocidos. Cambia la mentalidad acerca de la alimentación y el cuidado de la salud, como indica la aparición de los *tacuína sanitatis*, que ilustran las propiedades de los alimentos. La alimentación asume un sentido social y el nuevo curso del pensamiento científico y médico influye en las modalidades de vida en la sociedad. La comida, que de necesidad ha pasado a ser un placer, asume otra connotación, médica, especialmente en las clases burguesas mercantiles (más abiertas al cambio que las clases con tradiciones arraigadas, como la aristocracia), en las que aumenta el interés por una vida de calidad donde la comida cobra un papel muy importante, y de la cual se quieren conocer sus efectos sean buenos o nocivos para la salud. ¡El terror de los médicos sobre el régimen alimenticio viene desde lejos! Aunque el concepto esté ya presente en la práctica médica griega, una verdadera dieta aparece por primera vez en la Edad media, cuando florece una rica literatura, centrada en en los preceptos higiénicos, fundados a su vez en los conocimientos empíricos de la época. Forma parte de este primer bagaje una serie de indicaciones sobre la higiene corporal, sobre las horas de descanso, las características medioambientales; así, no están aconsejados lugares que tienen un *aire malsano*, nocivo para la salud, pero sobre todo se desaprueba la costumbre de comer demasiado, afirmando la validez terapéutica del ayuno:

No hay nada que ayude mejor la salud que ayunar, sobre todo cuando el estómago está lleno; cuanto más simples sean las viandas y medicinas, mejor es para el hombre(1)

(Arnaldo di Villanova)

(1) El texto original es: “non vi è nulla che giovi di più alla salute che astenersi dal cibo, specie quando lo stomaco è pieno; tanto più semplici sono le vivande e le medicine che si pigliano, tanto meglio è per l'uomo”.

Un tratado de finales del siglo XV propone el uso adecuado de determinadas comidas, descritas con sus características predominantes, indicando asimismo sus beneficios. Así, se sabe que las calabazas, naturalmente frías y húmedas, mitigan la sed pero pueden ser laxantes; la cebolla, naturalmente caliente y húmeda, se “vuelve agua” y puede dar pesadez de cabeza; el ajo, naturalmente caliente y seco, es útil contra los venenos; el trigo, naturalmente caliente y húmedo, madura los abscesos, la pasta de harina de trigo, naturalmente caliente y húmeda, es buena para el pecho y garganta pero perjudica a los estómagos débiles; el arroz, naturalmente caliente y seco, es útil contra los ardores de estómago, pero es nocivo para quienes padecen cólicos; las judías, naturalmente calientes y húmedas, son diuréticas y nutritivas, pero provocan náuseas y pesadillas; la leche, buena para los pulmones, puede causar fiebres; el queso fresco, naturalmente frío y húmedo, modifica al cuerpo y engorda, mientras que el queso viejo, naturalmente caliente y seco, perjudica a los riñones; la *ricotta* se considera de digestión difícil, y si lleva sal, a su vez daña al cerebro y a la vista; el pan de sémola engorda y da oclusión intestinal; la carne de ternera está aconsejada para quien hace mucho ejercicio pero daña a los enfermos de bazo; el pescado fresco engorda, mientras que el salado puede causar una enfermedad semejante a la lepra; el aceite ablanda y cura las heridas pero produce vómitos y náuseas; el azúcar purifica el cuerpo y beneficia a los riñones y a la vesícula; la miel es purificadora.

Un manual de medicina del siglo XVI desaconseja el uso exagerado de la pasta (Patrone; Reborá) y el médico y botánico Mattioli, en el mismo siglo, desaconseja el uso de los tomates, que – dice – pueden ser venenosos (es sabido que éstos son causa de formas de intolerancia y alergia). Otras veces la renuncia a la comida forma parte de un camino penitencial. Nutrirse es una necesidad primaria del hombre, y negarlo puede ser algo meritorio, una privación que será recompensada. Para los que no tienen fe, este ejercicio es un instrumento de redención, las historias sobre los santos y la vida de los hombres de iglesia en los claustros cuentan ejemplos extremos de ayunos y mortificaciones carnales que convierten la superación del hambre en un elemento importante de sus propias prácticas espirituales exaltando la anulación del cuerpo mediante el rechazo de nutrirse. En unos casos, la historiografía ha supuesto que puede tratarse, sobre todo para las santas, de verdaderos casos de anorexia.

Si en algunos casos el médico llega a dosificar la comida o a imponer un ayuno porque esto puede ser parte de su terapia, otras veces se aconseja al enfermo interrumpir la abstinencia y comer, a lo mejor recurriendo a ciertas comidas consideradas sobremanera nutritivas, según el testimonio de Margherita Datini, que en el año 1394 escribe:

he muerto de hambre esta cuaresma y el médico me dice  
que coma pollo triturado y así he hecho y haré, tanto  
que, me siento resucitada(2)

Y en una de sus cartas al marido lejano, como mujer cariñosa que era, le recomienda tener cuidado con la humedad y con lo que come, y le aconseja también que duerma lo suficiente, desmostrando cómo, al final de la Edad media, ya se tiene la percepción de la relación entre alimentación, descanso y salud. Se cree que la falta de sueño es una causa posible de malestar y de futuras enfermedades:

comed aquellas cosas que pensais che sean buenas para  
vosotros...  
guardaos de este tiempo húmedo y tratad de no estar en  
desvelo de  
manera desordenada ya que me parece que vosotros  
soleis desvelaros más que otras personas... es peor una  
mala noche que un mes de invierno...cuidado con  
desvelar de manera desordenada para no tormentaros(3)

(2) “mi sono morta di fame in questa quaresima e il medico dice che io òne più male di debolezze che d’altro e dicemi ch’io mangi pollo pesto e così ò fatto e farò, tanto ch’io mi sento risuscitata...”.

(3) “mangiate di quelle chose che credete che vvi siano buone... fa che tti sapi guardare da questo umido... e guardatevi da questo vegiare disordinatamente poiché mi pare que voi siete più uso di vegiare

El uso de los baños, por otra parte, también es aconsejado, si bien, tiene su detractores y algunos médicos desaconsejan un uso excesivo de estos. Las prácticas termales ya estaban difundidas desde la antigüedad, y se utilizaban tanto en la época romana como en el 1400 y 1500 predominantemente para curar catarros, infecciones de la piel, enfermedades de las articulaciones; las aguas, la belleza de los lugares y la atmósfera serena y risueña de la hospitalidad determinan pronto el éxito de las ciudades balnearias, de Pozzuoli en época romana a Baden, en Suiza, al final del siglo XV (que se desarrollará sobre todo en el siglo XVIII), hasta las fuentes sulfúreas húngaras descritas por el conocido naturalista Ulisse Aldrovrandi (1522-1605), aunque el desarrollo de los baños termales estalla en 1800, siglo en el que, además, contrariamente a lo que se había dicho hasta entonces, se sugiere la limitación en el sueño, ya que si se prolonga demasiado “alimenta la indolencia y poltronería. En general, no tiene que superar las nueve horas para los adolescentes, siete u ocho a lo mejor para los jóvenes y los adultos. Con razón los médicos se han lanzado en contra de la costumbre de dormir sobre la pluma, pues el calor exagerado que esta concentra, agota el alma y el cuerpo”(4) (Duscuret).

Se observa muy pronto una estrecha relación entre factores ambientales y salud tanto en la consideración de la gente que debe afrontar los achaques que se presentan en la vida cotidiana sin llegar a la patología verdadera, como en la concepción asistencial que antecede al tratamiento de los enfermos en los hospitales. Para mantenerse sanos hace falta poner atención en aquello que se come y en lo que se bebe siendo así la conexión entre alimentación, estilo de vida y medicina cada vez más evidente. Los excesos alimentarios o el establecimiento en un territorio malsano, típico de las zonas infectadas de malaria donde el paludismo es endémico, como se ha citado ya, constituyen para los médicos condiciones previas para muchos enfermos. Sin embargo, si es posible escapar de la malaria, es asimismo más sencillo prevenir una gota a través de una alimentación más austera. La relación entre comida y salud viene reconocida pronto como se puede evidenciar de los recetarios de los hospitales que los muestran a través de los libros de cocina y de los tratados de ciencias naturales y botánicas. Las escrituras contrastan y se superponen, como por el uso de las de las hierbas y de las plantas, de la fruta y de las ensaladas que se escogen y seleccionan por el herborista, por el cocinero y que pueden servir tanto como comida para las personas sanas o como remedio para las personas enfermas. Sin embargo, las opiniones sobre los alimentos y las relativas prescripciones no son unánimes y varían según el conocimiento que viene adquirido a través de los tiempos; comidas y bebidas vienen evaluadas de distintas maneras sobre la base de una mejor comprensión de los mecanismos funcionales; a esta comprensión contribuyen los descubrimientos más avanzados y la posibilidad de disponer de nuevos remedios. Cuando se comienza a comprender mejor las propiedades de las sustancias alimentarias y a considerarlas de manera independiente –carne, pescados, huevos, etc– cada consejo se dirige a la conservación de la salud a través del mantenimiento de un funcionamiento regular del organismo y del respeto de las reglas alimentarias que tienen siempre más en cuenta el valor de la dieta.

De los suntuosos banquetes de la aristocracia se pasa a las mesas burguesas que muestran ya la nueva mentalidad que comienza a cuidar de la salud y, aunque de manera precoz, también empieza a cuidar la estética: en el *Carteggio degli oratori mantovani alla corte Sforzesca 1450-1500* (edición de M. Nadia), Ippolita Sforza (hermana de Galeazzo Maria duca di Milano, que en el 1465 se había casado con el duque de Calabria, Alfonso de Aragón, futuro rey de Nápoles) se preocupaba por parecer demasiado obesa. La duquesa vestía “a la napolitana, de raso negro con mangas estrechas y una mantilla corta de damasco

---

que tute l'antre persone... fa peggio una mala note che no' uno mese di verno... guardatevi da questo vegiare disordinatamente, per non tribolarvi”.

(4) “non fa che alimentare l'indolenza e la poltroneria. In massima generale non deve oltrepassare le nove ore per gli adolescenti, le sette ovvero le otto al più per i giovani e per gli adulti. A ragione i medici si sono scagliati contro l'uso di dormire sulla piuma, poichè il calore eccessivo che essa concentra snerva anima e corpo”.

blanco a las espaldas”(5) pero le preocupaba que el vestido le hiciera demasiado obesa y entonces se dirige a un noble preguntándole su parecer sobre el vestido, quien le contesta: *“le sta meglio che non la faceva in la turca quando la vidi”* (1468, Covini)

En las indicaciones de las dietas, los médicos introducen un nuevo elemento de evaluación, comenzando a considerar también el gasto energético, y por tales razones llegan a modular esquemas alimenticios diversos según las clases sociales y el tipo de trabajo. A razón de los diversos consumos, se indican los platos que tienen que consumir los cortesanos y los que son más adecuados para un campesino. Las categorías sociales vienen presentadas como tipologías humanas diversas; una noble y la otra más ruda tanto por las costumbres como por la complexión física. Esta separación se contempla en las obras médicas donde se precisan las distintas propiedades de los alimentos y se aconsejan los alimentos fuertes, como la carne de cerdo o de oca; el ajo y la cebolla a los campesinos y a todos aquellos que desenvuelven trabajos pesados, mientras que se reservan los alimentos más delicados a aquellas personas que llevan una vida sedentaria.

En cualquier caso, viene representada una separación clara del cuerpo social en el uso de los alimentos como la colocación en la mesa que divide los dos arquetipos sociales con un físico contrapuesto, el del caballero por ejemplo y el del villano. Una adecuada alimentación se estudia por grupos sociales, de particular interés son los ejércitos y las tripulaciones que en ocasiones específicas se aplican tablas de alimentación que muestran un cuidado en el equilibrio de los alimentos y las proteínas, carbohidratos y vegetales. Para los soldados en la batalla o para las tripulaciones de los barcos se siguen criterios nutritivos específicos que previenen diversos alimentos: carne y pescado salado, quesos y legumbres, arroz, bizcocho... tratando de procurar alimentos frescos, verduras, fruta, cítricos, para detener los peligros del escorbuto (Motta). En cuanto es posible se aprovisionan limones y naranjas que parecen producir efectos milagrosos: “y nosotros retirábamos a algún enfermo de la barca y con esas naranjas (cítricos) se sanaron (Formisano). Pronto se comprende la importancia de los alimentos y las bebidas en relación al efecto que producen en la salud, considerándolos extraordinariamente eficaces o, al contrario, dañinos para la salud. Normalmente los médicos desaconsejaban la variedad de alimentos –que estimula el apetito y la gula, induciendo a consumir más– y a partir del siglo XIII, bastante precozmente comienzan a prevenir los excesos alimentarios, evitando las sustancias grasas y el demasiado frecuente empleo de la carne, y recomendando además de una dieta sana, horas de descanso, ejercicio físico y hasta una buena actividad sexual.

Se ocupan asimismo de las bebidas derivadas de los procesos de fermentación, como la cerveza, de la cual derivan virtudes medicinales; las bebidas exóticas, consideradas tonificantes, como el té, el café y el chocolate, entre otras. Este último, antes de afirmarse como producto goloso para los ricos, de alguno viene aconsejado como remedio, mientras que por otros, hasta finales del siglo XVII, viene mirado con cierto recelo. El té, sin embargo, es para todos una bebida extraordinaria, pero es sobre todo, sobre el café donde recaen las discusiones ya que algunos celebran sus efectos positivos mientras que otros desaconsejan su uso sosteniendo que puede dañar la fertilidad de los hombres. Entre las muchas obras que florecen a favor o en contra del café, resulta particularmente interesante la del abab Giuliano Ettorre que a finales del siglo XVIII escribe sobre sus cualidades. El café, descubierto por casualidad en Yemen –un pastor le había contado a un monje que sus cabras, después de haber comido un cierto tipo de arbusto lleno de gusanos, se habían quedado dormidas toda la noche corroteando y saltando–. Inicialmente se conocía sólo en Egipto y desde allí primero fue exportado por los otomanos a Constantinopla llegando a continuación a Europa, presumiblemente introducido por los venecianos que junto a los turcos tenían relaciones asiduas. El uso de sorber café se pone de moda y en la segunda mitad del siglo XVII se extiende a Inglaterra, a París, a Amsterdam, a Amburgo, más que alegrar el gusto, la nueva bebida produce efectos positivos en la

(5) “a la napoletana, di raso negro con maniche strette et un mantelletto curto de damascho bianco a le spalle”.

salud. Muchos defensores del café exaltan cada propiedad: en la boca, además de ser gustoso, tiene la función específica de limpiar los dientes:

los cuales frotados con el polvo del café resultan clarísimos y blanquísimos(6)

El café, además, en el estómago, ayuda a la digestión, mucho más incluso de lo que pueda hacerlo el vino, así, todos los pueblos de Asia, de África e incluso de Europa a los cuales la ley de Mahoma prohíbe el uso del vino, se sirven café que no sólo emborracha sino que es además un remedio maravilloso para curar el estado de embriaguez.

La digestión o primera *concoctionem*(*lat.*) como viene llamada en medicina “consiste en la separación de los alimentos que se hace en el estómago en una sustancia blanca y fluida que se llama quilo que, fermentado, se convierte en una sangre muy sutil y pura donde sus partículas crecen, se nutren y se mantienen después en su estado natural por medio de la circulación; y esto es lo que se llama segunda o tercera *concoctionem* (digestión)(7)”.

Los defectos, entonces, de la primera fase digestiva no se corrigen nunca en la segunda o en la tercera, es decir, que de un mal “quilo” no puede derivar una buena sangre ni de una mala sangre, un buen nutrimento y por ello, el *quilo* debe conseguir la perfección. El café, estando compuesto de una parte sutil y volátil y de otra grasa y térrea, dulcifica el quilo, fortalece la fermentación consumiendo los húmedos superfluos de las partes nutritivas, absorbe los ácidos indigestos e impide a los coágulos que se retengan, siendo ésta la causa más común de las enfermedades. Y como es beneficioso en la medicina unir experiencia y razón, es lógico pensar, por ejemplo, que los turcos comen más legumbres y lácteos y frutas que no carne “y utilizan mucho pan de ácimo y muy poco cocido, lo que tendría que estropear enteramente sus estómagos, y sin embargo se quejaron pocas veces, precisamente por el uso que hacen del café”(8). Le *Notizie istorico-fisiche sul caffè raccolte dall'abate Giuliano Ettorre* (1791) difunden las virtudes milagrosas de la bebida “en las enfermedades del bajo vientre, de cólicos, opilaciones, piedras, y también de la podagra que son hermanas carnales” y sosteniendo sus palabras, el autor cita notas sabias de la antigüedad y nombra a notables médicos, como el doctor de la Clousure, célebre médico francés que había curado muchas molestias femeninas con el café caliente, que hacía que la sangre fuera más fluida, después del parto restablecía las fuerzas gastadas y durante la lactancia era muy útil también. Mallembrok, otro médico alemán, autor de un tratado sobre la podagra “vaga escorbútica”, cita innumerables experimentos en los que había curado con inmediato éxito a pacientes daneses, suizos y holandeses (muy expuestos a las enfermedades hipocondríacas escorbúticas, quizá a causa de la alimentación bastante rica en carnes) gracias al empleo sistemático del café. Monin, médico de Grenoble, usaba el café diluido en leche en las enfermedades de pecho y fiebres de cuarenta; de tal modo, entre otros, había curado a la mujer del tesorero de la ciudad “aunque tuviera el bazo muy hinchado y duro”(9).

El doctor Felice Caravaggi, toscano, enviado por el cardenal Garampi a Montefiascone, escribe en 1784 *Istruzioni pratiche ad uso de' chirurghi di campagna* donde sostiene que las nuevas bebidas empleadas con fines curativos por célebres médicos “experimentadores” se han revelado como más útiles para los enfermos que otros remedios, como el café, que tiene efectos milagrosos incluso para calmar el mal de cabeza. Cuenta ya el citado doctor de la Clousure haber encontrado personalmente la eficacia, al haber sufrido migrañas

(6) “i quali strofinati con la polvere di caffè diventano nettissimi e bianchissimi”.

(7) “consiste nella separazione dei cibi che si fa nello stomaco in una sostanza bianca e fluida che si chiama chilo che, fermentato addovere, si converte in un sangue sottilissimo e puro le cui particelle crescono, si nutriscono e si mantengono poi nel loro stato naturale per mezzo della circolazione; e ciò è quello che si chiama seconda o terza concezione”.

(8) “e si servono ancora per la maggior parte di pane azimo e pochissimo cotto, lo che dovrebbe rovinare interamente il loro stomaco, pure essi sono rarissime volte incomodati, appunto per l'uso continuo che fanno del caffè”.

(9) “quantunque avesse la milza molto ingrossata e dura.”

fortísimas para las cuales había hecho en vano sangrías, baños y ayunos; fue gracias al uso del café como finalmente se curó. Del mismo modo, una bella y noble señora parisina, había recurrido a los mejores médicos y cuando los cirujanos habían decidido, para resolver su problema, la trepanación del cráneo, que casi le provoca la muerte, un archidiácono amigo suyo le devolvió la vida con la administración del café muy caliente y azucarado.

## FUENTES Y NOTAS BIBLIOGRÁFICAS

Archivo de Estado de Lucca

Archivo de Estado di Palermo

Archivo de Estado di Pisa

Archivo de Estado di Prato

Archivo Datini

Archivo General Simancas

Biblioteca Apostólica Vaticana, fondo Boncompagni-Ludovisi, Cod. E 126, Cod. E. 127; fondo Chigi; Urb. Lat.1681

1. Ciampi S., *Notizie di medici, maestri di musica e cantori, pittori, architetti, scultori ed altri artisti italiani in Polonia e polacchi in Italia*, Lucca 1830
2. Descuret G.B.F., *La medicina delle passioni, ovvero le passioni considerate relativamente alle malattie, alle leggi ed alla religione*, traducida y anotada por el padre Numa-Pompilio Tanzini doctor en teología, Milano 1888
3. Pazzini A., *Storia della medicina*, 2 vl., Milano: Societa editrice libraria; 1947
4. Oliveros De Castro A.M.T., *Maria Amalia de Sajonia esposa de Carlo III*, Madrid: CSIC; 1953
5. Grmek M.D., *Pour une étude historique des maladies*, in "Annales E.S.C.", 1969
6. Cipolla C.M., *Origine e sviluppo degli Uffici di Sanità in Italia*, Pavia: Fusi; 1975
7. Rosati V., *Le lettere di Margherita Datini a Francesco di Marco (1384-1410)*, Prato: Biblioteca dell'Archivio storico pratese; 1977
8. Levy Pisetzkzy R., *Il costume e la moda nella società italiana*, Torino: Einaudi; 1978
9. Zemon Davis N., Farge A., *Dal Rinascimento all'età moderna*, in Duby G., Perrot M., *Storia delle donne in Occidente*, III, Roma-Bari: Laterza; 1991
10. Montanari M., *Condimento, fondamento. Le materie grasse nella tradizione alimentare europea*, in Cavaciocchi S. (ed.), *Alimentazione e nutrizione, secc. XIII-XVIII*, Firenze: Le Monnier; 1997
12. Cherubini A., *Preludi di medicina sociale, 1850-1900*, Roma: Istituto Italiano di medicina sociale; 1980
13. Le Goff J., *La civiltà dell'occidente medievale*, Torino: Einaudi; 1981
14. Braudel F., *Le strutture del quotidiano*, Torino: Einaudi; 1982
15. Della Peruta F. (ed.), *Storia d'Italia, Annale 7: Malattia e Medicina*, Torino: Einaudi; 1984
15. Cosmacini G., *Storia della medicina e della sanità in Italia dalla peste europea alla guerra mondiale 1348-1918*, Roma-Bari: Laterza; 1987
16. Cosmacini G., *Storia della medicina e della sanità in Italia*, Roma-Bari: Laterza; 1988
17. Malvezzi V., *Lettere a Fabio Chigi*, ed. M.C. Crisafulli, Fasano di Brindisi: Schena; 1990
18. *Il medico l'arte la scienza la virtù*, Roma: Istituto Paracelso-Biblioteca casanatense; 1993
19. Pomata G., *La promessa di guarigione. Malattie e curatori in Antico regime*, Roma-Bari: Laterza; 1994
20. De Rosa L., *Il servizio sanitario periferico*, in *Conflitti e squilibri nel Mezzogiorno tra Cinque e Ottocento*, Roma-Bari: Laterza 1999
21. Harvey G., *Esercitazione anatomica sul movimento del cuore e del sangue negli animali*, Francoforte 1628, traducción de G. Ongaro, introducción de M. Rippa Bonati, Milano 2003
23. Aleykhem S. (Sholem Rabinovich), *Un consiglio avveduto*, Milano 2003
24. Motta G. et alii, *Il tempo, la storia, il cibo. Qualche ulteriore apporto in tema di cultura alimentare*, Roma-Cosenza 2005
25. Naphy W. – Spicer A., *La peste in Europa*, Bologna 2006
26. Tognotti E., *Il lato oscuro di Venere*, Milano 2006