

FALANDO EM COMIDA:
UMA INTRODUÇÃO AO ESTUDO DA DIETA ALIMENTAR NA ANTIGÜIDADE¹

Henrique Fortuna Cairus (UFRJ)

Sobre a δίαιτα: breve introdução

A palavra δίαιτα tem, na língua grega, uma peculiar amplitude semântica. Um sentido de δίαιτα especialmente interessante parece ser o que figura em três passagens do livro I de Heródoto (I,36; I,136 e I,157), onde o termo parece tanger o campo semântico de *nómos* e de *êthos*, como acontece na Primeira Ode Pítica de Píndaro, onde se lê a máxima:

...ὀπιθόμβροτον αὐχνημα δόξας
οἶον ἀποιχομένων ἀν-
δρῶν δίαιταν μανύει
καὶ λογίοις καὶ αἰδοῖς

o alarido imorredouro do renome
revela, tanto aos *logíoi* quanto aos *aedos*,
como [οἶον] era a vida [δίαιταν] dos que já se foram.

Δίαιτα relacionada com οἶον dá-nos uma idéia que tanto poderia ser traduzida pelo termo *nómos*, como poderia ser expressa por *êthos*. Idéias familiares ao sentido de ‘costume’ ou ‘modo de vida’.

A amplitude semântica do termo δίαιτα abarca os hábitos relacionados com um estar no mundo; algo, portanto, que se localiza no limiar entre a natureza e a cultura. De fato, tratava-se, em parte, da “condução da vida”, de um certo ‘cuidar de si’. Mas pode-se facilmente ver aí matizes modais, locativas e temporais, especialmente de duração: um como, um onde e um por quanto tempo. Em Heródoto I, 36 e I,136 ἔχειν δίαιταν equivale a algo como διατρίβειν, tão somente, qualquer coisa entre o conviver e o βίον (δι)ἄγειν. De fato, Xenofonte, em seu *Econômico* (9,4) dá aos quartos da casa, parte de maior permanência dos moradores, o nome de διαιτητήριον.

No livro 1 de Heródoto (157), Mazares dominou os lídios e submeteu-os às ordens de Ciro, e, em virtude dessas ordens (ἐκ τούτου δὲ κελευσμοσύνης), Λυδοὶ τὴν πᾶσαν δίαιταν τῆς ζῆς μετέλαβον (os lídios mudaram toda a dieta da vida, i.e.,

¹ Apresentado no Congresso da SBEC, em 2007

todo seu modo de viver). A δίκαιτα é sobretudo um termo aplicado ao outro, mas essa alteridade da δίκαιτα parece-me mais devida ao fato de a δίκαιτα, no sentido em a lemos nesses trechos, ser relacionada mais à observação do que à intervenção. Por isso, a passagem I,157 de Heródoto é especialmente relevante, já que se coloca como um eixo entre a observação e a intervenção. A presença um tanto redundante ou enfática da palavra ζοή nesse trecho assinala, ao meu ver, esse deslocamento de perspectiva: a δίκαιτα a ser mudada, por ordens soberanas, as Κύρου ἐντολαί, não é específica, como se poderia esperar no caso de uma δίκαιτα como intervenção, mas de caráter geral “τῆς ζοῆς”.

A δίκαιτα, como intervenção, exige o reconhecimento de um lugar de autoridade. O direito ático emprega o termo δίκαιτα como uma sentença dada a alguém, uma espécie de lei específica e aplicada, em oposição à δίκη, que, no vocabulário jurídico ático, denota o princípio legal aplicado de uma forma genérica, como atesta Aristóteles, em sua Retórica (1374^b20): καὶ τὸ εἰς δίκαιταν μᾶλλον ἢ εἰς δίκην βούλεσθαι ἰέναι· ὁ γὰρ δικοιτητῆς τὸ ἐπεικὲς ὄρα, ὁ δὲ δικαστῆς τὸν νόμον (desejar recorrer preferencialmente a uma δίκαιτα em detrimento de uma δίκη, pois o δικαιοιτητῆς considerava a equidade, e o δικαστῆς, a lei).

Heródoto no livro 5 de suas *Histórias* (5,95), ao contar como Sigeio passou ao domínio ateniense, diz ter sido um tal Periandro, filho de Cípselo, que serviu de δικαιοιτητῆς na contenda jurídica entre mitilenos e atenienses, decidindo dar a cada um as terras que ocupavam. Mas foi Aristóteles (At.53 e Pol.1297^a6) quem precisou o papel jurídico e a função social do δικαιοιτητῆς, especialmente quando, na Constituição de Atenas (*loc.cit.*) descreve minuciosamente a formação do tribunal. Nesse sentido, é expressivo o verbete δικαιοτὸς no léxico de Hesíquio, onde se lê: δικαιοτὸς· κριτῆς.

Apesar das dificuldades de datação dos tratados hipocráticos, podemos ter alguma segurança ao afirmar que o registro mais antigo que relaciona δίκαιτα à alimentação está no texto *Da medicina antiga* (8 e 9Littre). Creio que essa especialização semântica do termo tem grande dívida para com a articulação entre os aspectos de intervenção e de observação que δίκαιτα traz em si. Apesar de o contexto inerentemente sugerir uma interpretação que aproxime δίκαιτα das prescrições e dos ditames de uma autoridade reconhecida, o que uma análise mostra, ainda que se a faça com brevidade, é que δίκαιτα, nessa passagem do *Corpus hippocraticum*, surge como fruto de uma observação, contexto que inclui a alimentação dos sãos (τῶν

ὑγιαίνοντων) e dos animais (τῶν θηρίων), e passa à prescrição, face médica do caráter interventor da δίαίτα, pela qual ficou consagrado o vocábulo em sua difusão cultural.

A δίαίτα passa muito rapidamente, a partir do tratado *Da medicina antiga*, a um lugar fundamental na ἰατρικὴ τέχνη, onde forma, juntamente com o φάρμακον, os dois sustentáculos da prática médica. Essas ferramentas são, para o médico hipocrático, a forma que eles têm de intervir na φύσις, a partir de um νόμος freqüentemente em desarmonia com ela².

Sobre o Περί διαίτης

Consta do *Corpus hippocraticum* um longo tratado que recebeu o título de Περί διαίτης. Jacques Jouanna sugere, para o texto, uma datação que se inscreve no lapso entre o fim do V e o começo do século IV a.C.

Seu tema é, naturalmente, a dieta interventiva; mas a proposta de intervenção é baseada na observação. A δίαίτα é composta por dois elementos: alimentos e bebidas (39-60) e exercícios (πόντοι) (61-66). Segue-se a esses dois verdadeiros catálogos de alimentos, bebidas e exercícios mais duas longas partes do tratado: segundo a tradição ecdótica, livros 3 e 4, segundo as referências de Galeno, livro 3, pois o médico de Pérgamo não reconhecia a divisão entre os livros 3 e 4. O primeiro trata da harmonização entre a dieta alimentar e os exercícios, e o segundo é dedicado aos sonhos e seu papel no diagnóstico e no prognóstico.

Interessa-nos aqui a dieta alimentar: o livro segundo, mais especialmente o “catálogo de alimentos” que há ali, o mais completo que a Antiguidade nos legou³. Há outros dois catálogos como esse, um, no tratado *Das afecções* (39-61), e outro, no apêndice ao tratado *Das doenças agudas*, em notas soltas. O conteúdo desses catálogos, no entanto, é consideravelmente mais sumário do que o do Περί διαίτης.

² Sobre esse tema, ver : CAIRUS, Henrique F. . A arte hipocrática entre o λόγος e a πράξις. Terceira Margem, Rio de Janeiro, v. ano 8, n. no.9, p. 9-18, 2003. www.letras.ufjr.br/pgclassicas/CVHC.htm

³ Neste momento, Julieta Alsina, discente do PPGLC-UFRJ, inicia, sob minha orientação, uma pesquisa de Mestrado intitulada “À mesa com os gregos: . O discurso sobre a alimentação na Grécia Clássica a partir dos tratados hipocráticos”. A pesquisa está inserida nas atividades do Programa de Altos Estudos em Representações da Antiguidade da UFRJ. Espero que a Dissertação resultante dessa pesquisa possa oferecer mais dados e mais luzes acerca do tema.

Decerto os catálogos desses dois tratados são muito inferiores, em quantidade de informações e em detalhes, ao que encontramos no Περὶ διαίτης. García Gual⁴ pondera que as muitas coincidências entre esses catálogos devem ser mais atribuídas às suas fontes “meio populares, meio profissionais”, o que, creio, quereria dizer que eram, em parte, informações do domínio do ἰατρός, em parte, dados do domínio do ἰδιώτης.

Indubitavelmente o catálogo do Περὶ διαίτης continua a fonte mais rica sobre alimentação na Grécia antiga.

A preocupação e o objetivo do catálogo do Περὶ διαίτης são sinalizar as δυνάμεις dos alimentos, ou seja, as suas propriedades, as suas potencialidades no universo fisiológico. O tratado insiste nesse ponto, o que parece ressoar o conhecido passo do *Da medicina antiga* (14-16Littré), onde encontramos um autor que se volta contra uma medicina alicerçada em postulados e princípios fundamentais que se traduziriam numa mesma δύναμις primordial.

Em lugar de uma δύναμις primordial, o autor oferece um quadro complexo (aspecto reninente do trato), onde as propriedades dos alimentos devem ser combinadas entre si, para gerar tal ou qual efeito que pode não incluir integral ou parcialmente a δύναμις original de um dos elementos, e tudo isso, levando em consideração o modo do preparo e da conservação do que vai ser ingerido.

Em seu início (39Littré), o tratado esclarece acerca do que se precisa saber sobre a δύναμις na δίαιτα: ela pode ser κατὰ φύσιν, conforme a observação indica, ou διὰ τέχνης, conforme a intervenção impõe.

A lista dos alimentos e de suas δυνάμεις compreende cereais, carnes, peixes, crustáceos, legumes (e verduras), frutas, pães, ovos, mel e queijos, e a lista de bebidas contava com o vinho, o vinagre, o cíceon⁵, o leite e, naturalmente, a água. Alguns alimentos podem causar espécie a um ocidental hodierno, como a carne de cachorro, de raposa e de porco-espinho.

⁴ García Gual, Carlos. Sobre la dieta. In: ----- et alii. Tratados hipocráticos. Gredos, Madrid, 1990. p.224.

⁵ O conteúdo dessa bebida grega não completamente conhecido. O tratado refere-se a ele a partir da pressuposição de seu conhecimento. É interessante que seja justamente a *Ilíada* (XI,624-41) que descreva pormenorizadamente a receita de uma bebida com esse nome, que contém farinha, vinho e raspa de queijo de leite cabra. A receita também consta da *Odisséia* (X,234-6), onde Circe acrescenta mais um ingrediente à mistura: o mel; além de depositar ali as drogas mágicas que fizeram com que os companheiros de Odisseu se transformassem em porcos. O autor do tratado *Da dieta* fala de um cíceon feito só com farinha de cevada e água e outro, com a mesma farinha e vinho, em seguida fala da opção pelo acréscimo do mel, que teria a δύναμις de nutrir e esfriar menos. Há ainda, no tratado, a opção de cíceon com leite de cabra, de vaca, jumenta ou de égua, cada qual com suas propriedades.

Além das variedades das carnes, influía também o modo de prepará-las e o modo de conservá-las. Além do sal, que já era esperado, usava-se para conservar a carne o vinho e o vinagre, o que ensejava mais uma ocasião de combinação de δυνάμιες.

As δυνάμιες devem ser variadas, e o médico que administra a dieta deve saber como prescrevê-las, de acordo com a necessidade. E essa necessidade é sempre a de intervir através de uma τέχνη, portanto, um de processo do νόμος.

As propriedades são obviamente κατὰ φύσιν e a administração διὰ τέχνης, e ambas são variáveis e, quando se tratar dos νουσούντες, devem ser operadas por um ἰατρός. Já os ὑγιαίνοντες são aqueles que conseguem, κατὰ τύχην, harmonizar o νόμος à φύσις.

A δύναμις mais importante do alimento, a que sustenta qualquer outra que ele venha a ter é a que faz dele algo τρόφιμος, algo destinado à τροφή, à nutrição.

O conceito de τρόφιμος é fundamental no Περὶ διαίτης. Os alimentos não só tem de ser τρόφιμοι, como também são valorados pela intensidade dessa propriedade imprescindível.

Tomemos muito sucintamente o exemplo do trigo e da cevada: dizer que πυρὸν ἰσχυρότεροι κριθῶν καὶ τροφικώτεροι (o trigo é mais forte e mais nutritivo do que a cevada) significa que, no que concerne à sua função básica, a de nutrir, o trigo é melhor. No entanto, a cevada, de natureza fria e úmida, resseca, tem um sumo da casca purgativo e um sumo da polpa refrescante e adstringente. Quando torrada, por exemplo, o fogo retira seu caráter úmido e purgativo, e ela se torna fria e seca. Já o pão (μᾶζα) de cevada seca é muito nutritivo.

As formas de preparar a cevada são muitas, como as formas de preparar o trigo, e essas maneiras de preparo implicam, por si, mudanças profundas de δυνάμιες.

O trigo, por sua vez, mesmo sendo mais τρόφιμος do que a cevada, é menos laxante. E, assim como a cevada, pode ser preparado de diversas maneiras, todas elas devidamente descritas no tratado, e cada maneira tem sua δύναμις. E assim ocorre com quase todos os alimentos.

Finalmente, cabe dizer que a dieta alimentar é, em seu formato hipocrático, um dos braços mais importantes da δίαίτη, que, por sua vez é um dos dois sustentáculos da ἰατρικῆ τέχνη. Sua complexidade recusa-se ao reducionismo “filosófico” dos princípios únicos, e integra um projeto maior, o da própria medicina hipocrática, que é a

de dialogar com a φύσις, e promover uma harmonização, ainda que tensa, do homem com o seu mundo, uma harmonização a que até hoje chamamos “saúde”.