

Alimentação e males da alma em fontes do período moderno

Paulo José Carvalho da Silva *

Resumo: A tradição médica hipocrático-galênica, em específico, o amplamente difundido gênero dos regimes de vida, dá especial atenção ao que é ingerido, como orientação fundamental para a conservação da saúde e da vida. Sermões, instruções religiosas, novelas alegóricas, entre outros discursos que abordam a questão da saúde tratam de alguma forma da alimentação. A noção chave é a moderação, ponto de convergência entre a preocupação com o equilíbrio fisiológico e o hábito virtuoso. Esta pesquisa propõe investigar fontes da cultura luso-brasileira e europeia do período moderno que tratam da alimentação e que permitem uma discussão epistemológica sobre as convergências teóricas entre o discurso moral e o das ciências da vida que embasavam práticas de saúde. Numa perspectiva mais abrangente de uma proposta de uma arte de bem viver, as variantes dos regimes da primeira modernidade discutem a alimentação também como uma relação crítica entre o mundo exterior e a interioridade, e neste sentido, a categoria da gula comparece como uma transgressão a uma norma suposta natural.

Palavras-chave: Alimentação; saúde; males da alma

Alimentation and aliments of the soul in the modern period sources

Abstract: The Hippocratic-Galenic medical tradition, in particular the widespread genus of health regimen, gives special attention to what is eaten as a fundamental guidance for the preservation of health and life. Consequently sermons, religious instructions, allegorical novels among other sources on the issue of health deal with alimentation. The key notion is moderation, the point of convergence between the concern of the physiological balance and

* Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Bolsista Produtividade CNPq. Rua Monte Alegre, 984 Perdizes 05015-901 - São Paulo, SP.

virtuous habit. This research proposes to investigate the sources of Luso-Brazilian culture and European modern period on alimentation to allow an epistemological discussion on the convergence between moral and life sciences on the basis of health practices. In a broader perspective of a proposal for an art of well living, variants of early modern regimes discuss alimentation as a critical relation between outside world and inwardness. In this sense, the category of gluttony appears as a transgression of a rule that is supposed to be natural.

Key-words: Alimentation; health; aliment of the soul

Marina Massimi (2005), a partir da análise da metáfora do banquete na oratória luso-brasileira, defende que os discursos sobre os alimentos apoiavam-se sobre um duplo significado da nutrição. Por um lado, satisfação de necessidades vitais, de natureza biológica. Por outro, satisfação de exigências particularmente humanas, de natureza psicológica, social e religiosa.

A necessidade de um conhecimento prévio do temperamento psicológico e das tendências espirituais de cada um dos convidados à merenda, e a descrição dos efeitos da comida nos três planos, somático, psicológico e espiritual, remete-se a conhecimentos tradicionais da medicina do corpo e da medicina da alma, que desde Hipócrates e Galeno associam a alimentação à compleição corporal e ao temperamento psicológico. (Massimi, 2005, p. 193)

Estudos mostram que os discursos sobre a alimentação e seus excessos não se limitavam ao campo da moralidade ou da individualidade psicossomática. Margaret Healy (2001) afirma que, além da peste bubônica e da sífilis, as perturbações da digestão eram as doenças que mais recebiam atenção na literatura da Inglaterra da primeira modernidade.

Variações em torno da metáfora política da gula ou do corpo glutão assinalavam a importância do regime enquanto conjunto de regras para manutenção da saúde de ambos os corpos, pois tanto o corpo humano individual quanto o corpo político poderiam ser prejudicados pela presença de coisas nocivas ou pela falta de coisas que lhes são necessárias. Assim, cada corpo deveria ser curado com a retirada dos excessos ou a assistência aos membros menos servidos.

Sempre segundo Healy (2001), a expressão inglesa *Regimen(t)* dizia respeito, mais especificamente, a uma dinâmica econômica de entrada

e saída do corpo ou distribuição dos alimentos/bens. A mesma expressão, portanto, significava, mais genericamente, a função do governante, o controle de si mesmo, o governo de uma pessoa, povo ou lugar e, finalmente, a regra da dieta ou modo de viver.

Atento aos múltiplos significados do regime e da nutrição, este artigo analisa fontes da cultura luso-brasileira e europeia, do período moderno, que tratam da alimentação e que permitem uma discussão epistemológica sobre as convergências teóricas entre o discurso moral e o das ciências da vida que embasavam práticas de saúde. Trata-se de um primeiro levantamento.

Na primeira modernidade, produziu-se variados tipos de instruções destinadas a difundir orientações práticas sobre os cuidados com a saúde¹. Especificamente na cultura portuguesa, um bom exemplo é o *Leal Conselheiro*, escrito pelo décimo primeiro rei Dom Duarte (1391-1438). Neste manual real de bem viver há um capítulo inteiro dedicado ao pecado da gula². O rei filósofo desenvolve o argumento segundo o qual o impulso a encher o ventre engendra outras intemperanças, da própria carne e do entendimento, sendo, portanto, prejudicial à saúde do corpo e da alma. Inclusive, Dom Duarte compartilha a ideia que os “regimentos” se coadunam, da pessoa, da casa, da vila e do reino. Ao falhar no regimento da própria pessoa, o indivíduo não prevê os perigos e males que podem se seguir.

¹ A elaboração de regras para uma vida saudável pode ser considerada tão antiga quanto a própria medicina. Inspirados nos tratados de higiene de médicos gregos antigos e dos *regimina sanitatis* medievais, regimes de vida e manuais de bem viver tiveram circulação em vários países europeus, entre os séculos XV e XVIII (Sotres, 1997).

² Alistada entre os sete pecados capitais, no meio monástico medieval, a gula fazia parte de um exército de vícios liderados pela comandante soberba, junto a vaidade, inveja, ira, avareza, acídia/preguiça e luxúria, tal como aparece na doutrina estabelecida pelo papa Gregório Magno (590-604). O desejo desordenado de comer e beber era definido como vício por levar o homem a violar as prescrições da lei natural que rege o uso dos alimentos e bebidas. Gozar desses prazeres por eles mesmos poderia, inclusive, engendrar outras faltas, como modos indecorosos e irrefletidos, a superexcitação da carne e o embotamento da inteligência. Em particular, o abuso das bebidas alcoólicas era considerado falta grave por privar o intemperante do uso da razão (Oblet, 1947).

Dom Duarte lembra que os banquetes eram normalmente acompanhados de jogos e conversas mundanas, o que indicaria a alimentação não ser uma ação mera e puramente voltada ao sustento do corpo. Mas o problema maior é que os gulosos, nas palavras do próprio autor; “vem fazer deos do seu ventre” (Dom Duarte [1438?], 1998, p. 125) e, neste caso, não há carnes e vinhos que satisfaçam o apetite de tal senhor. Inverte-se, com isso, a função da alimentação, isto é, deixam de comer e beber para viver e vivem para comer e beber.

Vontade e razão, por amor da virtude da temperança, deveriam governar o desejo no firme propósito do respeito à idade, ao estado de saúde e à compleição. As regras prescreviam, com efeito, o bom decoro à mesa, o respeito ao calendário religioso dos jejuns, a parcimônia no consumo do vinho (com duas partes de água), enfim, a moderação, mesmo numa mesa abundante³.

Destaca-se o conselho de não falar de comidas e bebidas à mesa, no sentido de evitar o deleite excessivo das mesmas. Assim, “comendo e bevendo per necessidade mais que por special afeição” assegurar-se-ia que “o prazer do possuimento das virtudes é folgança da alma razoavel maior com dobro que a deleitação dos pecados seus contrairos” (Dom Duarte [1438?], 1998, p. 127).

Por considerar o reino português muito abundante em alimentos e bebidas, Dom Duarte também examina as diferenças entre os bons e os maus jejuns⁴. Os bons jejuns seriam aqueles prescritos pela Igreja e

³ Georges Vigarello (2012) afirma que havia um conflito entre o estilo de vida pregado pelo modelo médico e a mentalidade da nobreza. A mesa farta dos nobres servia à encenação social, demonstrando ascendência e poder. Vigarello também enfatiza que, na Idade Média, a crítica era focada na avidez do glutão, mais do que na estética ou morbidade. Já a modernidade ataca a ruína, a deteriorização e, sobretudo, a incapacidade do obeso, dramatizando os perigos do excesso alimentar.

⁴ Gonçalves Ferreira (1991) explica que os portugueses abastados consumiam produtos que chegavam a suas mesas por canais comerciais, enquanto os mais pobres se alimentavam do que eles mesmos produziam nos campos ou pescavam no litoral. Estes últimos estavam mais suscetíveis a períodos de fome por conta de mau tempo ou safras fracas. Por sua vez, a alimentação dos ricos habitantes das cidades era mais abundante e variada, consistindo não apenas em poucos vegetais e escassa fonte de proteína animal, como no caso da maioria da população, mas de diferentes espécies de animais já domesticadas ou de caça, acompanhadas de legumes, cereais diversos,

orientados pela discrição. Ele recomenda, porém, a moderação e o respeito à saúde. O jejuador deveria gozar de um contentamento advindo da honra e da alegria da vitória sobre o pecado da gula. O temperante é senhor de sua boca e governa adequadamente a si mesmo e, com isso, prolonga sua vida em saúde.

Por outro lado, haveria os jejuns prejudiciais à saúde do corpo e da alma. Seriam motivados pelo excesso, o que levaria à morte, senão à loucura ou enfermidades. Segundo Dom Duarte, eram vistos tantos exemplos que nem seria necessário escrever sobre eles. Haveria também aqueles que jejuam por vã glória ou vaidade, por louvor de criaturas. Finalmente, há os que deixam de comer por sanha e luto (nojo). No caso de sanha, é como se fosse uma espécie de vingança. No caso do luto, haveria uma perturbação da vontade⁵.

Em suma, no ato de alimentar-se estão em jogo muitos outros aspectos além da nutrição do corpo. Esta ideia também comparece, por exemplo, nos regimes dos religiosos que, em geral, não dissociavam dieta do corpo e dieta do espírito. Nas *Constituições*, Inácio de Loyola (1491-1556) define a refeição enquanto momento também para a alimentação espiritual:

Na alimentação do corpo, tenha-se o cuidado de guardar em tudo a temperança, a modéstia e a decência interior e exterior. [...] E, enquanto se come, dê-se também à alma a sua refeição com a leitura de um livro, antes piedoso do que difícil, que seja inteligível e proveitoso a todos. Poderá também haver sermão, que alguém fará durante esse tempo. (Loyola [1558], 1952, p. 428)

Mais especificamente, as regras, expressas por Inácio nos *Exercícios Espirituais*, indicam que convém alimentar-se de mantimentos comuns, ou pequenas quantidades dos mais refinados, para assim evitar

pães, bolos, frutas, ou ainda derivados de leite, óleo de oliva, mel, ovos, as altamente apreciadas especiarias e, é claro, vinho.

⁵ Pode-se pensar nas santas jejuadoras da Idade Média. Se, numa certa medida, seus jejuns manifestavam um afastamento virtuoso do mundo material, quando muito prolongados e excessivos, as jejuadoras eram suspeitas de bruxaria e possessão demoníaca. No início da Idade Moderna, ganha espaço uma interpretação médica da abstinência auto infligida, considerada dentro da categoria da melancolia e, mais tarde, da histeria (Cibele Weinberg, 2010).

a desordem. A prática da abstinência, com o devido cuidado de não adoecer, propiciaria o conhecimento interior e permitiria verificar, através do exame das forças físicas disponíveis para a realização dos exercícios espirituais, as necessidades reais do corpo. A própria fixação da quantidade de alimento a ser ingerido na refeição seguinte seria feita em um momento em que o sujeito não teria apetite de comer, sendo, portanto, a ocasião mais adequada para ordenar convenientemente essa ação.

Inclusive, justamente porque se pressupunha que a dieta alimentícia pudesse influir nos estados da alma, previa-se, no regime, alguma abertura para que o jesuíta escolhesse os alimentos mais adequados à sua compleição individual:

Porque o regime alimentar influi muito na elevação ou depressão do ânimo, a fim de que a sobriedade e a abstinência sejam voluntárias e acomodadas à natureza de cada um, aquele que dá os exercícios aos praticantes deve solicitar que, depois de comer, diga o que gostaria que fosse preparado para o jantar e, depois do jantar, o que quer comer no dia seguinte. (Loyola [1548], 1952, pp. 251-252)

Na primeira modernidade, vigorava uma concepção psicossomática que relacionava a saúde mental e emocional diretamente com a saúde do corpo. Esta, por sua vez, dependia do uso moderado das *sex res non naturales*, ou seja, das seis causas externas da alteração da saúde, tal como sistematizadas na tradição médica hipocrático-galênica, isto é: comida e bebida, ar e ambiente, esforço e repouso, sono e vigília, excreções e secreções e os movimentos ou paixões da alma. Como bem analisa Michael Schoenfeldt (1999), em especial, a atenção à quantidade e à qualidade dos alimentos consumidos fazia parte de uma noção mais ampla segundo a qual a dieta e a digestão desempenhavam uma função crítica na composição da interioridade humana como um todo.

Assim, a prescrição médica e filosófica da temperança era adaptada ao contexto tanto dos regimes propriamente religiosos quanto das artes de bem viver voltadas também ao público leigo. Frei Heitor Pinto (1525?-1584?), no *Diálogo da tranqüilidade da vida*, parte do *Imagem da vida cristã*, define temperança, comparando-a à harmonia musical:

Assim como não se hão-de apertar ou levantar tanto as cordas que quebrem, nem afrouxar tanto que não façam som, mas há-de haver

uma igualdade proporcionada, donde se siga uma concertada e suave harmonia: assim na vida não ha-de haver extremos viciosos, mas uma conveniente proporção e decência, de que se siga uma doce consonância, que é a verdadeira temperança da alma amestrada pela prudência: donde procede a verdadeira quietação da vida: que, como vêdes, não consiste em não ter movimentos, mas em os ter moderados e obedientes à razão. (Pinto [1563], 1940, vol. II, p. 192)

Padre Antonio Vieira (1608-1697), no Sermão da Quarta Domingo depois da Paschoa, pregado no Maranhão e dedicado à arte de não estar triste, afirma que não recorrerá à medicina, mas usa de um argumento típico dos regimes também para condenar a intemperança no comer:

Não allego Hyppocrates nem Galenos, que assim definem esta brevidade; porque não são necessários os aphorismos da sua arte, onde temos os da nossa experiência. Das intemperanças do comer, por mais que o tempera a gula, nascem as cruezas, das cruezas, a confusão e discordia dos humores, dos humores discordes e descompostos as doenças; e das doenças a morte. (Vieira [s.d.], 1951, vol. V, p. 314)

Parece ser sempre uma questão de saúde ou doença ou, no extremo, vida ou morte. Entretanto, vale reiterar que não é exatamente de fome corporal que se falava, como fica evidente no discurso do oratoriano Jean-François Senault (1599/1604-1672), fundamentado na ética aristotélico-tomista, em leituras de Sêneca e na antropologia agostiniana. Em seu *De l'usage des passions*, especificamente no livro sobre o desejo, Senault esclarece:

A fome não é ambiciosa, ela somente pede carnes que a apaziguem. Todos os acompanhamentos que se aprontam com tanto cuidado são os suplícios da Gula, que apenas procura o meio de excitar o apetite depois de se acalmar, e reacender a sede depois de se extinguir. Pois ela se queixa de que o pescoço não é suficientemente longo para degustar as carnes, que o estômago não é suficientemente grande para recebê-las e que o calor natural não é suficientemente intenso para digeri-las. O vinho não lhe é agradável se não beber em taças preciosas; e se não lhe for oferecido por uma bela mão, ela não pode se decidir a tomar. (Senault [1641], 1987, p. 215)

Um bom exemplo de como a temperança é objetivada por meio, especificamente, do regimento da boca, e numa perspectiva multidis-

ciplinar, é o livro do jesuíta Antoine de Balinghem (1571-1630), intitulado justamente *Apresdinees et propos de table contre l'excez au boire, et au manger, pour vivre longuement, sainement, et saintement. Dialogisez entre un prince & sept sçavants personnages : un theologien, canoniste, ivrisconsulte, politique, médecin, philosophe moral, et historien* (Tardes e discursos à mesa contra os excessos no beber e no comer, para se viver longamente, saudável e santamente. Diálogo entre um príncipe e sete sábios personagens : um teólogo, um canonista, um jurista, um político, um médico, um filósofo moral e um historiador), publicado pela primeira vez em Lille, em 1615, e logo em edição aumentada no ano de 1624.

Um grande senhor convida, em seu palácio não longe de uma universidade famosa, personagens sábios e versados em todo tipo de faculdades para debater o excesso à mesa. Cada um poderia discorrer segundo a sua própria ciência já que o mal é tão universal que não há ciência que não se ocupe a combatê-lo e repudiá-lo. Todos concordaram se tratar de um assunto de importância moral e próprio para reger a vida humana. Nem é preciso dizer que os discursos exploram diferentes aspectos da temperança e sua relação com a saúde humana, bem como advertem sobre os efeitos da gula. O médico, aliás, inicia seu discurso dizendo que a intemperança é a “mãe nutriz dos médicos [...]”. Sem a qual o médico pode muito bem fechar seu consultório, fazer suas malas, e sair à procura de outro ofício” (Balinghem, 1624, p. 205).

Nas reflexões que seguem o discurso do filósofo, o príncipe precisa que não se trata de jejum, mas de sobriedade. Se o excesso de alimentos traz grandes males ao corpo, a sobriedade faz muito bem ao mesmo, evitando doenças como tosse, falta de fôlego, males do estômago, entre outras. Em poucas palavras, mantém o bom equilíbrio das qualidades e quantidades de humores.

Trata-se, na verdade, de um discurso comum na cultura europeia ou onde, pelo menos, a medicina ainda fosse baseada no humoralismo. Em Portugal, pode-se falar, inclusive, de uma longa duração desta doutrina.

Para o médico da corte portuguesa, Francisco da Fonseca Henriquez (1665-1731), o problema do excesso de alimentos é que dificulta o processo de seu aproveitamento pelo corpo, não cumprindo sua função de nutri-lo adequadamente. Segundo Henriquez, no *Âncora*

medicinal para conservar a vida em saúde, publicado em 1721, e reeditado em 1731, 1754 e 1769, os alimentos são recebidos no estômago, dissolvidos e assimilados, num específico cozimento:

Para se fazer bem este cozimento de estômago e para, por consequência, haver boa nutrição do corpo, é necessário usar de bons alimentos, comê-los com moderação e tomá-los com ordem. [...] Em comum, dizemos que os bons alimentos são aqueles que, sendo temperados nas primeiras qualidades, se assimilam facilmente no estômago e nutrem muito bem o corpo. (Henriquez [1721], 2004, pp. 46-47)

Na verdade, um dos critérios para a escolha do alimento inclui o prazer. O que o estômago apetece é o que será digerido mais facilmente. Observa-se uma familiaridade com o alimento que deverá ser respeitada. Por outro lado, a quantidade deve ficar circunscrita àquela que ditam a moderação e o modo particular como cada um melhor assimila o que come:

No tempo da saúde, ninguém deve governar-se por outro ditame, senão que há de comer com moderação daqueles alimentos de que gostar, se não lhe fizerem dano, ainda que eles sejam reprovados pelas suas qualidades, e fugir daqueles em que alguma ofensa, ainda que pelas suas qualidades se julguem os melhores. (Henriquez [1721], 2004, pp. 48-49)

Mais uma vez, condena-se o excesso, supondo-o oprimir a natureza:

Há alguns glutões e comilões que, levados pela sua voracidade e mesclados com o agradável condimento de iguarias e manjares de bom gosto, soltam as rédeas ao apetite e transcendem os lindes da moderação, até chegarem a experimentar os estragos da gula. Quantos, depois de uma mesa lauta, ficaram com queixas que lhes duraram toda a vida? Quantos foram do banquete ao túmulo? Quantos se encheram de alimento de maneira que, não podendo regulá-lo a natureza, acabaram a vida com uma apressada estrangulação? Quantos, por fartos, morreram apopléticos? (Henriquez [1721], 2004, p. 51)

Para Henriquez é o exagero o grande algoz da saúde. Os mesmos alimentos comidos com moderação conservariam a saúde, em excesso a arruinariam. Ou ainda, alimentos ruins comidos com parcimônia não seriam tão prejudiciais quanto os melhores comidos em excesso.

Já na virada para o organicismo iluminista, o médico mineiro Francisco de Melo Franco (1757-1822), formado pela Universidade de Coimbra em 1785, fala da prostração das forças físicas e mentais de quem abusa dos vinhos e licores. No *Medicina Theologica*, de 1794, lê-se:

Que fraqueza! Que tristeza! Que palidez! Isto é o menos; o mais é ficarem os ebriosos não só estúpidos e inertes para qualquer função do espírito, depois da bebedice, mas ainda o durar-lhes esta estupidez por muitos dias, e às vezes por toda a vida. (Franco [1794], 1994, p. 123)

A crápula (modo extravagante de vida ou devassidão) caracteriza-se pelo abuso, por comer e beber mais do que necessário, sendo de difícil tratamento físico e espiritual. A dietética não se resumiria à moderação na alimentação, haveria as outras coisas não naturais, mas o uso da comida deveria ser feito dentro da sobriedade, pois, nas próprias palavras do médico: “a gula foi, sem dúvida, sempre a causa ordinária não só de **todas** as enfermidades corporais, mas também das espirituais” (Franco [1794], 1994, p. 139, sem ênfase no original). Ao longo do tratado, elaborado para ensinar a medicina dos nervos aos velhos confesores, Franco discute os desafios de se curar tal vício agora convertido em patologia.

Pode-se notar, neste breve panorama, que os discursos da primeira modernidade sobre a alimentação e os males da alma identificavam na gula um excesso causador de enfermidades, já os discursos do final do século XVIII assinalam para a tendência a tratar a gula como uma patologia em si. Enfim, na Idade Moderna, numa perspectiva mais abrangente de uma proposta de uma arte de bem viver, as variantes dos regimes discutem a alimentação também como uma forma de relação com o mundo exterior, com efeitos na saúde entendida como harmonia física, psíquica, social e espiritual, e neste sentido, a categoria da gula comparece como uma transgressão a uma norma suposta natural, mas que, em absoluto, restringe-se ao corpo.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao CNPq pelo financiamento modalidade Bolsa de Produtividade de Pesquisa.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- BALINGHEM, André. *Apresdinees et propos de table contre l'excez au boire, et au manger, pour vivre longuement, sainement, et saintement. Dialogisez entre un prince & sept scavants personnages: un theologien, cannoniste, irrisconsulte, politique, medecin, philosophe moral, et historien*. Saint-Omer: Charles Boscart, 1624.
- DOM DUARTE, *Leal Conselheiro* [1438]. Edição crítica, introdução e notas de M. H. L. Castro. Lisboa: Imprensa Nacional/Casa da Moeda, 1998.
- FERREIRA, F. A. Gonçalves. Dietary habits and nutritional conditions of the portuguese at the time of the great maritime discoveries. Pp. 279-287, in: MARQUES, M. G.; CULE, J. (eds). *The great maritime discoveries and the world health. Proceedings of the first international congress on the great maritime discoveries and the world health*. Lisbon 10-13, set. 1990, Lisboa: Escola Nacional de Saúde Pública, 1991.
- FRANCO, Francisco Melo. *Medicina Theologica* [1794]. São Paulo: Giordano, 1994.
- HEALY, Margareth. *Fictions of disease in early modern England: bodies, plagues and politics*. Wiltshire: Palgrave, 2001.
- HENRIQUEZ, Francisco da Fonseca. *Âncora medicinal para conservar a vida em saúde* [1721]. São Paulo: Ateliê, 2004.
- LOYOLA, Santo Ignacio de. *Constituições* [1558]. Pp. 358-578, in: IPARRAGUIRRE, Ignacio. *Obras Completas de San Ignacio de Loyola*. Madri: Biblioteca de autores cristianos, 1952.
- . *Exercícios Espirituais* [1548]. Pp. 20-252, in: IPARRAGUIRRE, Ignacio. *Obras Completas de San Ignacio de Loyola*. Madri: Biblioteca de autores cristianos, 1952.
- MASSIMI, Marina. *Palavras, almas e corpos no Brasil colonial*. São Paulo: Loyola, 2005.
- OBLET, V. Gourmandise. Pp. 1520-1525, in: VACANT, A.; MARGENOT, E.; AMAN, E. (org.) *Dictionnaire de Théologie Catholique*. Tomo 6. Paris: Librairie Letouzey, 1947.
- PINTO, Heitor. *Imagem da vida cristã* [1563]. Lisboa: Livraria Sá da Costa, 1940. 4 vols.
- SCHOENFELDT, Michael C. *Bodies and selves in early modern England: physiology and inwardness in Spenser, Shakespeare, Herbert, and Milton*. Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

- SENAULT, Jean.-François. *De l'usage des passions* [1641]. Paris: Fayard, 1987.
- SOTRES, Pedro Gil. Les régimes de santé. Pp. 257-281, in: GRMEK, Mirko D. (ed.). *Histoire de la pensée médicale en Occident. Tome I. Antiquité et Moyen Age*. Trad. francesa de M. L. Bardinnet Broso. Paris: Seuil, 1997.
- VIEIRA, Antonio. *Sermões*. Porto: Lello e Irmão, 1951. Vol. 5.
- VIGARELLO, Georges. *As metamorfoses do gordo: história da obesidade no Ocidente: da Idade Média ao século XX*. Tradução de Marcus Penchel. Petrópolis: Vozes, 2012.
- WEINBERG, Cibele. Do ideal ascético ao ideal estético: a evolução histórica da Anorexia Nervosa. *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, **13**: 224-237, 2010.

Data de submissão: 15/10/2012.

Aprovado para publicação: 15/11/2012.