

IL 65° CONGRESSO NAZIONALE DELL'ACCADEMIA ITALIANA DI STORIA DELLA FARMACIA 30-31 MAGGIO 2015



IL PROBLEMA ALIMENTARE NEGLI AVVISI AGLI STRANIERI DI GIACOMO BARZELLOTTI (1838)

Giovanni Cipriani

Giacomo Barzellotti, celebre clinico dell'Università di Pisa, pubblicò a Firenze, nel 1838, un testo singolare, destinato ad avere larga fortuna e specchio delle concezioni mediche e farmacologiche del momento: *Avvisi agli Stranieri che amano di viaggiare in Italia o dimorarvi per conservare o recuperare la salute*. Autore del trattato di Medicina Legale più diffuso nell'Italia del XIX secolo⁽¹⁾, dopo la settima edizione dell'opera che lo aveva reso famoso, come lui stesso racconta, aveva deciso di non scrivere più nulla⁽²⁾ ma, fu attratto dall'idea di affrontare un tema inedito: le caratteristiche del nostro paese sotto il profilo climatico, alimentare e terapeutico, per venir incontro alle naturali necessità di ogni genere di viaggiatori, non aveva resistito.

L'ampia trattazione fu subito stampata a Firenze, nell'aprile del 1838, dall'editore Vincenzo Batelli e corredata di un ritratto litografico dell'autore, disegnato da Ottavio Muzzi e di una singolare carta climatica della penisola italiana. Barzellotti affrontava proprio il clima in primo luogo, soffermandosi sulle caratteristiche del Nord, del Centro e del Sud. Non si trascuravano le tradizioni, i costumi, i passatempi ed i divertimenti italiani. A giudizio del celebre clinico, viaggiando nel nostro paese era bene "adottare e seguire più le costumanze degli Italiani che le proprie"⁽³⁾.

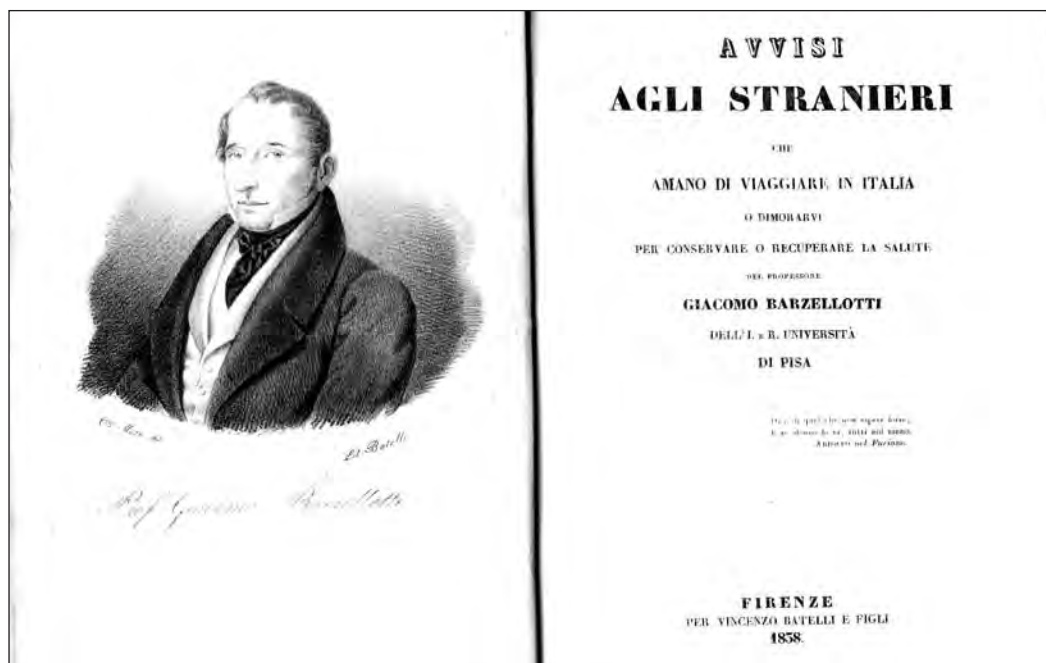
Sotto il profilo alimentare, ad esempio, occorre prestare la massima attenzione. «Uno straniero che venga per la prima volta in Italia, se vuol seguitare ancora gli usi dei suoi paesi, per cibarsi e vivere, deve farlo con qualche riserva, onde vedere e provare se in questo clima italiano, come nel proprio, possa impunemente seguitare le stesse usanze»⁽⁴⁾.

⁽¹⁾ G. BARZELLOTTI, *Medicina Legale secondo lo spirito delle Leggi Civili e Penali veglianti nei governi d'Italia*, Pisa, Capurro, 1818.

⁽²⁾ «Nel dar l'ultima mano e publicar, l'anno decorso, per la settima volta le mie questioni di *Medicina Legale secondo lo spirito delle Leggi Civili e Penali veglianti nei Governi d'Italia*, dichiarava ai lettori quello che fissato avea nel pensiero, cioè che detta stampa esser doveva l'ultima delle mie mediche produzioni». G. BARZELLOTTI, *Avvisi agli stranieri che amano di viaggiare in Italia o dimorarvi per conservare o recuperare la salute*, Firenze, Batelli, 1838, p. V.

⁽³⁾ *Ivi*, p. 206,

⁽⁴⁾ *Ivi*, p. 207.



Di fatto la pratica empirica poteva fornire una risposta immediata: la continuazione o alterazione della salute avrebbe fornito l'esempio se conservare le abitudini del paese di origine o adottare quelle italiane. I sobri, però, sarebbero stati in perfetta salute ovunque, era l'eccesso di cibo che, a giudizio di Barzellotti, rendeva indisposti e malati.

Ma come si mangiava nell'Italia del 1838? Il medico registrava alcune nuove consuetudini che avevano profondamente alterato gli usi alimentari del passato. La mattina non si usava più, come un tempo, «pane, companatico e vino, ma caffè e latte e pane formano la colazione comune, la quale si usa ancora pei bambini, che di puro pan cotto un tempo la mattina si nutrivano»⁽⁵⁾. Anche il desinare non aveva le caratteristiche di un tempo. Nel passato «la seconda refezione, o il pranzo dei volgari, era la sera, come usavasi dagli antichi Romani ed era assai semplice, di carne bollita o poco più. Oggidì il pranzo di essi, come delle persone agiate, si fa dopo il mezzogiorno, dall'un'ora alle due e la copia e qualità del cibo è accresciuta e migliorata. Il secondo e anche terzo piatto di carne, erbe e tutto variamente condito, l'uso di qualche cosa salata, del vino nostrale in bevanda e più o men temprato con acqua è il pranzo quasi che comune a quei ... che vivono in famiglia»⁽⁶⁾.

E la cena in cosa consisteva di norma? «Una zuppa, un piatto di carne ed erbe e frutta e formaggio è quasi che la cena... comune»⁽⁷⁾. I tempi erano poi ben scanditi in Italia. «Il primo mangiare, o la colazione generalmente si fa infra le ore otto e le nove; il secondo

(5) *Ivi*, p. 208.

(6) *Ibidem.*

(7) *Ibidem.*

infra le ore una e le due pomeridiane e la cena infra le otto, nove e dieci ore della sera»⁽⁸⁾. Un buon equilibrio caratterizzava la nutrizione. «Lo spazio che passa dalla colazione al pranzo è di circa cinque ore e pel poco cibo che prendesi riesce sufficientissimo. Quello fra il pranzo e la cena è di sette ore almeno, se non di otto e nove dopo e quindi anch'esso è sufficiente per la completa digestione del più alimento preso; laddove quello che resta dopo la cena, di dieci e dodici ore, diviene più che bastante a dar luogo a tutti i processi di assimilazione, fino alla perfetta nutrizione»⁽⁹⁾.

Barzellotti notava che era ormai comune l'uso di vini nostrali e stranieri e che, al termine del pranzo, veniva generalmente servito «un buon caffè e talora qualche rosolio»⁽¹⁰⁾. Gli stranieri, a differenza degli italiani, iniziavano la giornata con the, latte, panna e pane fra le sette e le otto. Il pranzo era di solito anticipato, fra le undici e le dodici e consisteva in carni, pollami, erbe, frutta, vino e caffè. La cena, di conseguenza, era nel tardo pomeriggio, verso le sei e vedeva numerosi piatti di carne, pollame ed erbe. Le vivande venivano cotte poco ed era comune unire carne e pesce e mangiare molti dolci «i quali, in special modo, facilitano l'alterazione della bile»⁽¹¹⁾. La dieta degli stranieri, soprattutto inglesi, austriaci e tedeschi, era molto ricca. «Poche ore passano, dopo di che si vedono ritornare in tavola the, latte, burro, pane biscottato o artefatto, per aguzzare di bel nuovo l'appetito... Né una, ma più tazze di questo the e di questo latte si vedono prendere dagli Stranieri nella sera ed i valetudinari, i malati ancora, mettendosi quasi a livello coi sani, fanno lo stesso, talché ne ho veduto nei valetudinari succeder frequentemente dei disturbi di stomaco, delle diarree, dei vomiti, accendersi la febbre e venirne dei guai»⁽¹²⁾.

Queste abitudini alimentari erano legate a caratteristiche climatiche assenti in Italia e specchio dei vari paesi del Centro e del Nord Europa. Barzellotti non mancava di soffermarsi «sull'uso e tempo del sonno», notando le diverse abitudini. «Benché gli Italiani non amino dormir troppo», scriveva infatti «tampoco le persone agiate e ricche, nemmeno il bel sesso, pure le sei, sette, otto ore è il sonno ordinario delle persone sane e coloro che quietamente quest'ore si dormono, possono, come veramente sani, reputarsi. È difficile, o raramente accade che gli Stranieri abbiano in Italia un sonno più lungo, sebbene amino essi il letto assai più che gl'Italiani, il che non nuoce. In Italia generalmente si dorme dopo il pranzo per un'ora circa, il che è conforme ai precetti dell'antica Scuola di Salerno, la quale diceva di star in calma dopo il pranzo, per ben digerire, il che vuol dire abbandonarsi anche al sonno. Gli Stranieri non dormono, per lo più, perché pranzano tardi e dopo le ore del sonno. Ma nei giorni lunghi di estate, anche senza lo scopo di digerire e solo di riposar le membra, anche quei che pranzato non abbiano, devono riposarsi e dormire, per ben digerire la colazione fatta e preparar lo stomaco al pranzo»⁽¹³⁾.

Singolare è poi l'immagine che Barzellotti delinea del vestiario degli Stranieri. Molti considerano l'Italia il paese del sole e pensando che non siano possibili basse temperature,

⁽⁸⁾ *Ibidem*.

⁽⁹⁾ *Ivi*, p. 209.

⁽¹⁰⁾ *Ibidem*.

⁽¹¹⁾ *Ivi*, p. 211.

⁽¹²⁾ *Ibidem*.

⁽¹³⁾ *Ivi*, pp. 212-213.

vengono nel nostro paese senza abiti pesanti. In realtà «se in Italia non si hanno in inverno i freddi ed i geli del Nord, nel mese di Dicembre e Gennaio si hanno i due, tre, quattro ed in alcuni luoghi dell'Italia settentrionale, gli otto, dieci e più gradi di freddo sotto il zero. Ora coloro che credevano che in tali mesi fosser fiorite le viole, le rose e i gigli e che, all'opposto, vedono le acque gelate e le nevi in certi luoghi subalpini, restano sorpresi di questo inganno in cui la loro immaginazione li aveva condotti e, per quanto si ostinino a vestir leggieri ed abborrire il farraiolo o pastrano, da cui sono involuppati gl'Italiani di qualunque provincia d'Italia, per quasi che tutto l'inverno, pure qualche raffreddore, o qualche incomodo gli fa cedere a adattarsi ai nostri usi. Altronde sono essi in gran contradizione entro le abitazioni, ove tengono i cammini ardenti e le stufe accese per quasi tutta la giornata. Gl'Italiani, al contrario, che si difendono dal freddo nel verno involupandosi nei panni, vivono comodamente e sanamente in casa con pochissimo fuoco e spesso senza di esso. Ogni loro risorsa è in piccolo vaso di terra, detto scaldino, che tengono in mano ed è il loro caminetto, il quale serve poi nella sera a riscaldare anche il letto»⁽¹⁴⁾.

A giudizio di Barzellotti «l'eccessivo fuoco era dannoso»⁽¹⁵⁾. Occorreva quindi adeguarsi maggiormente alle consuetudini italiane, per godere di tutte le bellezze della penisola senza mettere a rischio la salute. Le raccomandazioni del medico agli Stranieri, su questo punto, erano davvero paterne: «Quindi, per convincerli, dirò che, venendo in Italia, varrà loro meglio l'esser disposti a seguitar gli usi degl'Italiani, che conservar quelli dei loro paesi, pregiudicando con essi alla loro salute. Né io intendo solamente del vitto e del vestiario, ma ancora delle abitazioni, o dell'uso che si pratica dagl'Italiani e che anche in casa seguir dovrebbero gli Stranieri, Voglio dire che, senza criticar punto quei che tengono accesi i caminetti nelle loro stanze nel giorno e nei luoghi da essi abitati, debbo tuttavia avvertirli che l'eccessivo fuoco anche di essi non è utile e anzi è dannoso. Se seguitar poi credono l'altra parte del loro sistema, o quello che tengono fuori di casa, cioè di uscire dagli appartamenti molto riscaldati e in semplice abito andarsi in giro per le strade e nelle campagne a piedi, o a cavallo, o nelle carrozze aperte, siccome lo fanno, da certe ore del giorno fino a sera, non bene opereranno a vantaggio della loro salute»⁽¹⁶⁾.

Giovanni Cipriani
giovanni.cipriani@unifi.it

THE PROBLEM OF FOOD IN THE “AVVISI AGLI STRANIERI” BY GIACOMO BARZELLOTTI

ABSTRACT

In 1838 Giacomo Barzellotti, famous physician, published the curious book “Avvisi agli Stranieri”. The text was rich of observations on italian climate, according to the best foods.

Many foreign travellers had the custom to use their way of thinking also in Italy, where many things were so different and could be dangerous for their health.

⁽¹⁴⁾ *Ivi*, pp. 213-214.

⁽¹⁵⁾ *Ivi*, p. 215.

⁽¹⁶⁾ *Ibidem*.