

LOS ROMANOS Y EL CUIDADO PERSONAL

El estudio de la indumentaria y del aspecto físico – peinado, joyas, etc.- nos puede ayudar en muchas ocasiones en la documentación histórica para datar una escultura o reconocer el *status* de un personaje, ya que gracias a pinturas y otros restos arqueológicos están establecidas las modas que se seguían en diferentes periodos. También nos ayudan a conocer las antiguas costumbres textos que son auténticos cuadros costumbristas, como en el caso de nuestro casi vecino Marcial, o que son ensayos científicos sobre cosmética, como en el caso de Plinio o Galeno.

Durante mucho tiempo, el cuidado excesivo del cuerpo no era bien visto por griegos ni romanos, es más, las mujeres que tenían una “auténtica belleza” eran las que se dedicaban al cuidado de la casa y no a sí mismas; según Jenofonte, la mejor manera de mantenerse en forma y con un buen color de cara consistía en sacudir y plegar los vestidos y demás telas de uso doméstico. Intentar parecer más bellas o disimular defectos se consideraba propio de otro tipo de mujeres, alejado del modelo de Penélope.

Evidentemente, este concepto ético está muy unido a un problema económico, pues gran parte de los objetos y materiales lujosos provenían de oriente y suponían un gasto excesivo. Ya en época imperial romana, Plinio acepta los vestidos y joyas de lujo, pero considera un gasto innecesario los perfumes y ungüentos, pues, al parecer, una libra de perfume podía costar más de 400 denarios, una pequeña fortuna para algo tan momentáneo, que incluso podía pasar desapercibido.

Consideraciones económicas a parte y centrándonos en el mundo romano, Galeno nos habla de una cosmética mala y otra buena: la utilizada como truco para engañar con una falsa apariencia y la que, en medicina, ayuda a mantener una belleza natural como síntoma de buena salud. De hecho había tres profesiones dedicadas a la cosmética: los *medici*, que experimentaban las virtudes terapéuticas de los productos, los *pharmacopolae*, que controlaban las dosis y los *unguentarii*, que preparaban y vendían cremas y aceites.

CURA CORPORIS

Es ampliamente conocida la afición de los romanos a visitar las termas, que servían tanto para la higiene personal como para reuniones sociales –e incluso de negocios-. Pero ¿cuál era la costumbre diaria de los antiguos romanos? ¿qué concepto tenían de belleza? ¿qué cosméticos y perfumes usaban?

Como en la actualidad, la *cura corporis*, era diferente para hombres y para mujeres.



El tonsor

Los hombres, en general, se limitaban a cuidar sus cabellos y al afeitado con la ayuda del *tonsor*, profesional que según Varrón llegó a Italia procedente de Sicilia, y que ofrecía sus servicios en su propia *tonstrina*. Pero no siempre las modas fueron las mismas: en un principio tanto griegos como romanos lucían barbas, cosa impensable en otras épocas. Más tarde, en Roma, la primera visita al *tonsor* constituía para el joven un ritual religioso de iniciación en el mundo de los adultos; y durante un largo tiempo hasta los esclavos tenían por costumbre afeitarse. En cambio, el emperador Adriano volvió a poner de moda el rostro con barba.

Los *tonsores* utilizaban navajas o cuchillos muy toscos, afilados con piedras, sobre el rostro, seco o mojado con agua, de sus clientes. De esta manera, el afeitado podía convertirse en una auténtica tortura, como recoge Marcial (Epigr. XI, 84):

“Quien no pretende aún bajar a las sombras de la Estigia, que huya del peluquero Antíoco, si es inteligente. (...) Estas cicatrices que podéis contar en mi barbilla, tantas como las que hay en la frente de un viejo púgil, no me las ha hecho mi mujer, enfadada, con sus terribles uñas: es el hierro y la mano asesina de Antíoco.”

Para evitar este suplicio algunos romanos preferían cremas depilatorias o incluso las pinzas, que también utilizaban las mujeres.

En cuanto al peinado, también fueron muy variables las modas en Roma, aunque sí hubo un problema que preocupaba a todos: la calvicie. Para evitar una cabeza calva, algunos romanos intentaban todo tipo de estratagemas: utilizar tintes oscuros o cruzar el cabello de un lado a otro de la cabeza en un peinado imposible que nos describe Marcial: (Epigr. X, 83):



Recoges tus escasos cabellos de aquí y de allí, Marino, y cubres el extenso campo de tu nítida calva con los pelos de tus sienes, pero, agitados por el viento, se levantan y vuelven y ciñen la cabeza desnuda con grandes rizos.(...) No hay nada más feo que un calvo con pelo”.

La ornatrix

La *domina* romana realizaba su aseo con ayuda de la **ornatrix**, una esclava especializada en el cuidado personal, que tenía acceso a un tocador donde se encontraban los utensilios necesarios: *speculum*, *pecten*, *volsellae*, *dentiscalpia* y otros elementos donde conservar cremas, perfumes y ungüentos.

El poeta Ovidio, en el libro III del *Ars Amatoria*, recoge una serie de consejos sobre los cuidados que toda mujer debe dedicar a su cuerpo:

“Que no salga de vuestras axilas el terrible olor a cabra, ni estén rasposas vuestras piernas con erizados pelos (...) ¿Os puedo aconsejar que la pereza no ennegrezca vuestros dientes y que por la mañana lavéis la boca con agua?”

En muy pocas casas romanas se disponía de baño propio para seguir los consejos de Ovidio, por lo que el aseo diario era muy limitado y, tanto hombres como mujeres acudían a las termas públicas; allí, con la ayuda del *strigilis*, de esponjas e incluso de piedra pómez, se limpiaba la piel de impurezas y se hidrataba más tarde con aceites perfumados. Para la limpieza de los dientes se utilizaba el *dentiscalpium* y un tipo de dentífrico a base de *nitrum* (nitrato de potasa), aunque también se podía utilizar hojas de lentisco o, incluso, plumas, como nos recuerda, de nuevo, Marcial (*Apophoreta*, 22):

“Es mejor el lentisco, pero si te faltara una hoja afilada, puedes limpiar los dientes con una pluma”.

En cuanto a la depilación, que no era exclusiva de mujeres, se hacía con todo tipo de pinzas, *volsellae*, aunque también con cremas depilatorias, como el *dropax*, hecho con pez, aceite, ceras y resina.

Pero las mujeres romanas no se limitaban a la higiene, también conocían muchas cremas para aclarar la piel o eliminar arrugas, y también maquillajes que disimulaban imperfecciones, un sinfín de ungüentos hechos con materias primas de origen animal o vegetal: placenta de algunos mamíferos, hiel, orina, leche, grasas y hasta estiércol se podían mezclar con aceite, miel y otros elementos, como veremos en algunas recetas a continuación.

Famosos han sido los cuidados que se prodigaban mujeres en la antigüedad como Popea, esposa de Nerón, que para bañarse en leche de burra reunió un rebaño de 500 que la acompañaban en sus viajes, o la mismísima Cleopatra, que contaba con un auténtico laboratorio cosmético procedente de una fábrica cercana al mar Muerto, de donde salían las sales minerales o la pez negra de Judea (a base de un barro negro que aún en la actualidad se utiliza para cuidar enfermedades como la psoriasis).

Es tanto lo que se puede observar en los retratos conservados sobre los diferentes peinados, que este apartado merece un capítulo propio; al igual que los perfumes utilizados tanto por mujeres como por hombres.

Así, para terminar esta rápida mirada sobre el mundo de la cosmética reproducimos algunas fórmulas recogidas por diversos autores.

Mascarillas y cremas de belleza

-contra las manchas:

“También es útil añadir hinojo a la mirra perfumada (cinco escrúpulos de hinojo por nueve de mirra) y cuantos pétalos secos de rosa puede contener una mano, e incienso macho junto con sal gema. Se vierte encima jugo de cebada: que el incienso y la sal pesen tanto como las rosas. Aunque esté untado poco tiempo, no quedará en todo el rostro mancha alguna” Ovid. *Medic. faciei*, 91-98

-contra las arrugas y las manchas:

“Hervir el astrágalo de una ternera blanca durante cuarenta días y cuarenta noches, hasta que se vuelva gelatina y después, se aplica con un paño” Plinio, *Nat. Hist.*

-para dejar lisa la piel:

“El nabo silvestre se usa para volver lisa la piel de la cara y de todo el cuerpo mezclado a una dosis igual de harina de yero (una planta leguminosa parecida a la lenteja), cebada, trigo y altramuz”. Plinio, *Nat. Hist.* XX, 11

- para aclarar y distender la piel de la cara:

“Desmenuza raíces de melón salvaje y deja secarlas al aire, después hiérvelas en agua, machácalas y aplícalas como una cataplasma” Galeno, *De methodo medendi*, XIV, 422.

