



GOMES, J. P.

Propriedades e Usos do Açafrão na Idade Moderna em Portugal

Properties and uses of saffron in Portugal in the early modern age

João Pedro Gomes ⁶¹

Resumo

Conhecido desde a Antiguidade tanto pelo seu odor como pelas suas propriedades medicinais e aplicações na tinturaria, o açafrão permaneceu, até hoje, como a especiaria de maior valor comercial mundial. Nem mesmo com a concorrência das “drogas do Oriente” deixou de ser utilizado na Medicina e na Alimentação, aparecendo associado, durante a Idade Moderna, a receitas culinárias próprias para doentes e convalescentes. Exploramos aqui o lugar desta especiaria na Botica e Cozinha de Portugal da Idade Moderna, apontando que propriedades medicinais lhe eram atribuídas e para que usos culinários se reservava, confrontando este conhecimento com o que atualmente se sabe sobre a sua composição química e aplicações terapêuticas.

Palavras-chave: açafrão, Medicina antiga, Portugal, alimentação, Idade Moderna

Abstract

Known since Antiquity as much for its scent as for its medicinal properties and applications in dyeing, saffron remained until today, as the spice with the largest commercial value in the world. Even with the competition of "drugs of the East", it kept being used in Medicine and Food, especially in recipes for the sick and the convalescents. We intent to explore the place of this spice in the Pharmacy and Kitchen of Portugal in the modern age, noting which medicinal properties were attributed to him and which culinary uses were reserved to it, confronting this information with what is currently known about their chemical composition and therapeutic applications.

Keywords: saffron, antique Medicine, Portugal, food, Modern Age

O açafrão: dados gerais

⁶¹ Centro de Estudos Clássicos e Humanísticos da Universidade de Coimbra. Projeto DIAITA: Património Alimentar da Lusofonia. Trabalho de investigação realizado no âmbito da Bolsa de Investigação do projeto UID/ELT/00196.

O açafrão (*Crocus sativus*) é uma planta nativa do este do Mediterrâneo, e a especiaria homônima que dele resulta é o resultado da colheita dos três estigmas da flor do açafrão⁶², sendo necessário recolher, manualmente, estigmas de cerca de 150.000 flores para obter um quilo de especiaria⁶³, sendo por esta razão que se apresenta como a especiaria mais cara do mundo, alcançando valores na ordem dos 8.500 euros por quilo, característica que mantém, provavelmente, desde que se conhece a sua utilização⁶⁴.

O Irão é, atualmente, o maior produtor mundial, detendo 60% da produção total mundial⁶⁵, seguido de Caxemira e Espanha⁶⁶, sendo neste último país onde se produz o açafrão de maior qualidade⁶⁷.

Distinto do açafrão-da-terra (*Curcuma longa*) e do açafrão-bastardo (*Carthamus tinctorius*)⁶⁸, desde a Antiguidade que lhe são atribuídas propriedades medicinais, sendo simultaneamente utilizado na cozinha e na indústria tintureira⁶⁹. Curiosamente, nos livros de receitas portuguesas dos séculos XVI e XVII, o açafrão aparece associado a preparados culinários para doentes.

Para compreender a ligação desta especiaria à saúde durante o período moderno, é necessário recorrer a tratados e compêndios medicinais coetâneos, herdeiros da tradição médica clássica grega e romana, para perceber que propriedades terapêuticas eram atribuídas ao açafrão e de que forma é que este atuava no organismo.

A teoria humoral: Hipócrates e o funcionamento do corpo humano

A explicação do funcionamento do corpo humano por Hipócrates (460 a.C. – 370 a.C) e, mais tarde, aprofundada por Galeno (129 d.C. – aprox. 270 d.C) vigorou no espaço europeu durante mais de 2000 anos, sendo ensinada e transmitida nas universidades e

⁶² Kiple e Ornelas 2000: 1846.

⁶³ Pitsikas 2015: 1.

⁶⁴ Dalby 2000: 138.

⁶⁵ Golmohammadi 2014: 566.

⁶⁶ Yasmin e Nehvi 2013: 234.

⁶⁷ Dalby 2000: 139.

⁶⁸ Pintão e Silva 2008.

⁶⁹ Dalby 2000: 138.

mosteiros durante todo o período medieval e moderno, apenas paulatinamente revista a partir do século XVII, acabando por ser desconsiderada a partir do século XVIII⁷⁰.

O corpo humano, à semelhança do Universo, funcionava tendo por base quatro elementos (água, ar, fogo e terra) caracterizados por quatro qualidades, ou estados: quente, frio, seco e húmido. Fisiologicamente, o corpo humano funcionava tendo por base mesma partição, contendo em si quatro fluídos ou humores a que correspondiam estas qualidades: bÍlis amarela (quente e seca), bÍlis negra (quente e fria), a linfa (fria e húmida) e o sangue (quente e seco). Os alimentos, também eles detentores destas quatro qualidades, permitiam o nutrimento do corpo e, quando ingeridos, as suas qualidades eram assimiladas pelo indivíduo. Desta forma, a alimentação era concebida como a fonte da saúde que, em conjunto com o exercício, resultava num modo de vida saudável, denominado *diáita*⁷¹.

A saúde seria, portanto, um reflexo do equilíbrio entre os quatro humores e, por consequência, o desequilíbrio refletir-se-ia em um estado de doença.

Tanto Hipócrates como Galeno sublinham que o cuidado alimentar era essencial, uma vez que era no estômago (em conjunto com os outros órgãos) que se dava a transformação dos alimentos, um processo que resultava no cozimento destes, após o qual as suas propriedades e qualidades eram absorvidas, atuando sobre o organismo⁷².

O desequilíbrio humoral, cujas origens podiam se centrar tanto na exposição indevida do indivíduo aos elementos naturais, desvios alimentares (por deficiência ou por excesso) e, até mesmo, em causas naturais⁷³, poderia ser combatido de três formas: através do sangramento de veias e purgas, da ingestão de preparados medicamentosos ou da cirurgia, sendo esta recurso último e aplicada em casos muito específicos.

Assim, a ingestão de determinados alimentos contribuiria para a manutenção ou reposição do equilíbrio humoral dos indivíduos, sendo o mundo vegetal, animal e mineral uma fonte inesgotável de produtos passíveis de ser utilizados no nutrimento humano, cura

⁷⁰ Em 1710, Francisco da Fonseca Henriques, médico de D. João V, propõe diversas revisões à “medicina galênica” praticada pelos seus pares, indicando mesmo que os alimentos no estômago não se cozem mas que são transformados, por meio do ácido, em nutrientes (Henriques 1710: 119).

⁷¹ Hipócrates, *Do Regime* 1.2.2. Para estudo aprofundado do contributo de Hipócrates para a dietética ver Soares 2013.

⁷² Galeno, *Das Faculdades Naturais*, 1. 10.

⁷³ A idade, a localização geográfica e o género do indivíduo tinham direta influência no regulamento humoral de cada um (Hipócrates, *Do Regime* 1.2.2 e 3.67.2)

e restabelecimento da saúde. Será por esta razão que vários autores clássicos se debruçam sobre a sua análise, estudo e caracterização, aliando aos estudos botânicos a Medicina.

***Crocus Sativus*: De Hipócrates a Galeno**

Da Antiguidade Clássica há a salientar o trabalho de quatro autores. Do período clássico grego, Hipócrates e Teofrasto e já na nossa era, do período romano, Dioscórides e Galeno.

Hipócrates (460 a.C. – 370 a.C.), reconhecido como o “pai da Medicina”, sem abordar as propriedades específicas da planta, refere a sua utilização em contexto medicinal como parte de preparados medicamentosos⁷⁴.

Na *História das Plantas*, Teofrásto (371 a.C – 287 a.C.), regista as primeiras informações botânicas sobre o açafrão, nomeadamente a descrição da planta e raiz, o local de crescimento, bem como as sub-espécies conhecidas⁷⁵, aludindo que esta, entre muitas outras plantas, é utilizada na produção de perfume⁷⁶.

Considerados como textos fundacionais da Medicina e Botânica, é sobre estes autores do período clássico grego que se desenvolverão, já durante a era de Cristo (no período greco-romano) os estudos mais aprofundados das propriedades medicinais das plantas. Dois nomes se destacam: Dioscórides e Galeno.

Dioscórides (40 d.C. – 90 d.C.), nascido na cidade grega de Anazarbos (atual Turquia), foi um reconhecido médico do exército romano, acompanhando legiões desde a Ásia Menor à Gália (França)⁷⁷. Certamente fruto da sua prática médica operada em uma considerável parte do mundo até então conhecido, Dioscórides empreende uma revolucionária compilação de conhecimento medicinais, reunindo em cinco volumes informações médicas e terapêuticas de mais de 600 plantas, utilizadas em mais de 100 preparados medicamentosos. A sua obra, conhecida como “De Materia Medica”, foi reconhecida durante quase dois mil anos como a obra de referência para médicos, botânico e farmacêuticos, sendo ao longo de todo o período moderno reeditada, comentada e revista.

⁷⁴ Hipócrates, *Do regime das doenças agudas*, 17 e *Das Úlceras*, 5.

⁷⁵ Teofrásto, *História dos animais e plantas*, 6.6.1.10.

⁷⁶ Teofrásto, *História dos animais e plantas*, 9.7.1.3.

⁷⁷ Osbaldeston e Wood 2000: XX.

O açafrão, como expectável, figura entre as plantas descritas na sua obra. Inserido no Livro I, dedicado às plantas aromáticas, sobre as suas propriedades medicinais, é dito que:

“É digestivo, suavizante, algo adstringente e diurético. Provoca boa cor e é bom tomado como bebida com passum (vinho de passas) contra excessos. Estanca descargas excessivas dos olhos, aplicado com leite materno. É eficiente misturado com bebidas tomadas internamente, e com supositórios e emplastros para o útero e perineu. Funciona contra doenças venéreas e esfregado sobre inflamações que acompanham erisipela acalma e é bom para inflamações das orelhas (...) A raiz (tomada em bebida com passum) causa vontade de urinar.”⁷⁸

Dioscórides assinala, assim, que o açafrão, além de digestivo, funcionava com leve adstringente e diurético, numa clara associação desta especiaria ao sistema digestivo, de tal forma que, se tomada com vinho de passas, combatia o mal-estar causado pelos excessos alimentares.

“De Materia Medica”, escrita originalmente em Grego, seria traduzida para Latim e Árabe durante o período medieval e acompanhada de ilustrações, circulando por todo o espaço europeu e norte-africano, assumindo-se como a obra de referência na Botânica e Farmacopeia até ao início do século XVIII⁷⁹.

Datando já do segundo século depois de Cristo, é em Galeno (130 d.C. – III d.C) que encontramos mais referências às propriedades do açafrão, nomeadamente na obra “De simplicum medicamentorum”:

“Aquilo que o açafrão possui é um pouco adstringente mais do que téreo e frígido. Demonstramos que sobressaem nele a qualidade e faculdade de aquecer pois toda a sua essência é em segundo grau de aquecer e em primeiro de dessecar; e por isso também a de digerir. Saiba-se que possui uma determinada força ajudando nisso e com um pouco de adstringência.”⁸⁰

Revisitar Dioscórides: o açafrão nos comentários dos humanistas

No início do século XVI e na onda do movimento cultural renascentista, “De Materia Medica” é objeto de novas traduções (em outras línguas autóctones europeias) e

⁷⁸ Dioscórides, *Da Materia Médica*, 1.26.

⁷⁹ Osbaldeston e Wood 2000: XXVII.

⁸⁰ Galeno 1547: 464.

reedições, agora impressas, às quais se anexavam cuidados comentários por parte de intelectuais humanistas e pormenorizadas ilustrações.

De entre os comentários mais importantes à obra de Dioscórides no século XVI podem-se destacar os de Amato Lusitano, Andrés Laguna, e Pietro Mattioli.

Amato Lusitano (pseudônimo de João Rodrigues), nascido em Castelo Branco em 1511, forma-se em Medicina na Universidade de Salamanca. Perseguido por causa da sua ascendência judaica, fixa residência em Antuérpia, passando depois por Itália e Grécia, onde publica a sua última obra em 1569.

Reconhecido por toda a Europa como um dos melhores médicos do seu tempo, publica a sua primeira obra em 1536, intitulada “Index Dioscoridis” (ainda sob o nome de João Rodrigues), onde tece alguns comentários ao compêndio de Dioscórides. Ao açafrão, apenas acrescenta algumas informações descritivas da planta, sem abordar as suas qualidades medicinais⁸¹. Será apenas nas “Ennarrationes”, publicadas em 1553, que aprofunda o comentário à obra de Dioscórides, acrescentando algumas informações sobre as propriedades do açafrão, referindo que “verdadeiramente foi descoberto pelos mais recentes que atrai o apetite”, tendo também “força para digerir, com a ajuda de uma pequena adstringência”, tendo igualmente a propriedade de “soltar a prisão de ventre”⁸². Refere, também, que se trata de um medicamento “do coração”, uma vez que “fortifica e alegra”, sendo o seu consumo excessivo perigoso pois, como bem pode Amato Lusitano comprovar:

“por vezes o homem morre de riso e das gargalhadas por comer uma grande quantidade de açafrão. Com efeito, vimos em Mitina do Campo⁸³, o mercado mais famoso de toda a Hispânia, e aí havia um certo mercador que, como tivesse comprado muitos saquinhos ou invólucros de açafrão, para os transportar para a Lusitânia, lançou muito dele daquele numa panela que continha as carnes cozidas; este, depois de comer dessas, irrompeu num riso tão intenso que não passou muito tempo até que se afastasse da vida por causa do riso.”⁸⁴

Em 1544, Pietro Andrea Mattioli (1501-1577), humanista nascido em Siena, na sua tradução/comentário, publicado em italiano, acrescenta um considerável volume de novas informações sobre o açafrão, nomeadamente sobre a época e zonas de floração,

⁸¹ Rodrigues 1536

⁸² Lusitano 1553: 46-47.

⁸³ Atualmente Medina del Campo.

⁸⁴ Lusitano 1553: 47.

sublinhando as informações dadas por Galeno sobre a sua qualidade quente em segundo grau e seca em primeiro, referindo também que tem tanto a virtude de “maturar” como de constrictivo.⁸⁵

Andrés Laguna, médico do Imperador Carlos V, publica, também, em 1555 os seus comentários à obra de Dioscórides, traduzindo a obra do original grego para castelhano. Na anotação ao texto, Laguna reitera todas as informações dadas pelos autores anteriores a si, acrescentando que:

“O uso em pequenas quantidades incita a comer, e dá graciosa cor ao rosto, assim como em demasia entristece, põe fastio, e derrama sobre o corpo uma certa cor amarela muito estranha, por outro lado, que perturba o sentido e dá dor de cabeça.”⁸⁶

Ainda que sejam acrescentadas algumas informações mais detalhadas sobre as qualidades do açafrão, todos os autores humanistas repetem as características enunciadas pelos autores clássicos: o açafrão, quente e seco, possuía propriedades medicinais que promoviam o apetite e auxiliavam o processo de cocção no estômago, propriedades que serão continuamente reconhecidas por variados autores longo de todo o século XVII e XVIII: em Portugal, Francisco da Fonseca Henriques, médico de D. João V, continuaria a registar na sua obra “Âncora Medicinal” (1731) que esta planta aromática é:

“inimigo dos venenos e podridão; ajuda o cozimento do estômago, resera as obstruções das entranhas, dá elegante cor ao rosto”⁸⁷

Usos do açafrão na cozinha portuguesa moderna

Pimenta, noz-moscada, gengibre, canela, cravinho e açafrão eram presença assídua nos preparados culinários dos séculos XVI e XVII, sendo utilizadas simultânea e recorrentemente em diversas receitas culinárias. A razão primordial deste exagerado uso prende-se com a própria concepção do estômago e do processo digestivo: tido como um dos órgãos mais importantes do corpo humano que produzia calor para cozer os alimentos⁸⁸, considerava-se que era muito suscetível de sofrer afetações frias e húmidas,

⁸⁵ Mattioli 1573 : 65.

⁸⁶ Laguna 1555: 32.

⁸⁷ Henriques 1731: 376.

⁸⁸ Wilkins 2007: 15.

sendo necessário complementar a sua qualidade quente com alimentos quentes. As especiarias, consideradas como quentes e secas, tinham o objetivo último de, acrescentadas aos preparados culinários, auxiliar o estômago na sua tarefa de cocção e, assim, promover uma melhor digestão⁸⁹.

Os livros de cozinha portugueses conhecidos para os séculos XVI e XVII testemunham esta prática culinária recorrente, destacando-se um grupo restrito de receitas onde o uso do açafrão é feito de forma exclusiva e intimamente relacionado com a alimentação de pessoas doentes.

No livro de receitas atribuído a Frei Luís de Távora⁹⁰ encontramos 3 receitas que assinalam a utilização do açafrão se a preparação se destinar a doentes: nas “Almôndegas” é indicado que a carne deverá ser picada juntamente com ervas aromáticas e temperada com “molho de sumo de limas ou outro azedo com adubos⁹¹, se não houverem de ser para doentes, porque então bastará o açafrão⁹², aconselhando-se o mesmo procedimento para o “Coelho⁹³; as “Lentilhas”, sendo para “doentes de sangue”, deveriam ser cozidas em duas águas, sendo na segunda água temperadas com “pouca ou nenhuma cebola”, salsa, azeite, sal, vinagre e açafrão⁹⁴; para o “Caldo muito esforçado”, de preparação complexa e demorada, a carne de galinha deveria ser picada e cozida com algumas folhas aromáticas, água rosada e açafrão para “que tome a carne dele⁹⁵.

Destas três receitas há a salientar as “Lentilhas”: frias, secas e “o pior de todos os legumes⁹⁶, quando cozinhadas para “doentes de sangue”, deveriam de ser temperadas com açafrão. Se, por um lado, o açafrão (quente e seco) serviria para compensar a qualidade fria da leguminosa, por outro, a sua utilização detinha especial importância quando as lentilhas fossem servidas a “doentes de sangue”, isto é, a doentes cujo humor “sangue”, quente e seco, estivesse desestabilizado. Desta forma, através da alimentação, julgava-se poder alcançar o equilíbrio dos humores e, conseqüentemente, atingir a saúde.

Ainda que não haja nenhum elemento no manuscrito original que o indique, a receita de “Caldo de miolo de pão” pode, também, ser associada a um preparado

⁸⁹ Turner 2004:

⁹⁰ Barros 2013.

⁹¹ Ao conceito de adubos está associada uma mistura de pimenta, noz-moscada, cravo, gengibre, canela e açafrão.

⁹² Barros 2013: 125 (Receita 13).

⁹³ Barros 2013: 135 (Receita 24).

⁹⁴ Barros 2013: 211 (Receita 98).

⁹⁵ Barros 2013: 211 (Receita 53).

⁹⁶ Henriques 1731: 260.

específico para doente, uma vez que a mesma denominação aparece no “Livro do pão” do Real Colégio de São Paulo, um registo contabilístico do pão consumido no colégio, estando aí referido que no dia 11 de Março de 1708 foi gasto “meio pão para um caldo de miolo de pão para um senhor doente”⁹⁷. No que à receita diz respeito, contemplava esta água, açúcar, sal, “se quiserem uma fêvera de açafão” e pão ralado⁹⁸.

Percebe-se, assim, que o uso de açafão se encontrava associado a uma alimentação mais cuidada e suave, reforçando a ideia de que era valorizado, no período moderno, pelas suas propriedades suaves digestivas e adstringentes.

Importa referir também que, apesar de estar mencionado regularmente nas receitas culinárias de variados livros de cozinha, o açafão, tal como hoje, era a especiaria mais cara que existia: uma onça (aproximadamente 30 gramas) podia ascender aos 450 réis em 1707, opondo-se, por exemplo, ao preço de um frango (35 réis) ou de uma onça de pimenta (240 réis)⁹⁹. O elevado preço deste poder-se-á justificar pelo complexo método de recolha desta especiaria ainda que na Península Ibérica, a zona da Catalunha se destacava como produtora de açafão¹⁰⁰, que era recolhido em campos onde este nascia de forma silvestre e, posteriormente, vendido em grandes mercados espanhóis e transportado para Portugal, como bem ilustra o pequeno apontamento de Amato Lusitano nas “Enarraciones” sobre o mercador em Medina del Campo.

Não deixa de ser curioso que os poucos registos que existem de mercadores de açafão em Portugal remetam para indivíduos castelhanos¹⁰¹, reforçando a ideia de que este era, de fato, produzido no reino vizinho, onde era comprado e transportado para Portugal, sem que esta proximidade geográfica interferisse no seu alto preço.

O açafão: do passado ao futuro

Os mais recentes estudos sobre o açafão, os seus constituintes e as suas propriedades têm demonstrado que a associação deste ao sistema digestivo não é

⁹⁷ AUC, IV-1^aE-7-2-6

⁹⁸ Barros 2013: 233 (Receita 121).

⁹⁹ Preços retirados do “Livro da Superintendência da cozinha” do Real Colégio de São Paulo de Coimbra, dia 24 e 26 de Novembro de 1707 (AUC, IV-1^aE-7-2-36).

¹⁰⁰ As autoridades da Catalunha empreendiam uma política protetora desta produção através da emissão de editais e leis reguladoras da produção de Açafão (Verdés Pljuan 2008).

¹⁰¹ Em 1662 o processo de Filipa Rodrigues, moradora em Lamego e acusada de judaísmo, dá conta de que o seu marido, Francisco Rodrigues, era castelhano e mercador de açafão (TT, Tribunal do Santo Ofício, Inquirição de Lisboa, proc. 2672).

totalmente errada. Na sua composição destacam-se duas substâncias principais: a crocina, um carotenóide hidrofílico que lhe garante a sua cor, e o safranal¹⁰², sendo as estas atribuídas propriedades antioxidantes, antitumorigénicas, potenciadores de memória, antidepressivas e ansiolíticas, afrodisíacas, genoprotetivas, antitússicas, cardioprotetoras e neuroprotetoras¹⁰³.

No entanto, é sobre as propriedades da crocina que alguns especialistas se têm debruçado e cujos estudos têm revelado resultados promissores ao nível do tratamento de doenças relacionadas com o sistema nervoso e cerebral: no tratamento da depressão moderada quando comparada a um regime de medicação à base de fluoxetina (comercializado sob o nome de Prozac), revelou ser tão eficaz como aquele, registando-se mesmo uma diminuição dos efeitos secundários causado pela fluoxetina, como ansiedade, perda de apetite, náuseas, cefaleia, disfunção sexual, tremores e suores¹⁰⁴. A mesma eficácia (acompanhada de menor frequência de efeitos secundários) tem sido também registada em estudos clínicos de doentes com Alzheimer, inibindo a oxidação de determinadas fibras cerebrais, associada a doenças degenerativas.¹⁰⁵

Importa recordar que Amato Lusitano já nas suas “Enarrationes” indica que o açafraão, medicamento cordial, fortifica e alegra, podendo mesmo o uso abusivo deste levar à morte de tanto rir, numa clara ligação entre o consumo desta especiaria e o bem-estar “espiritual” do doente.

Em parcial consonância com os autores antigos, verificaram-se, também, efeitos ao nível do sistema gástrico, tendo a capacidade de inibir os fatores agressivos do ácido gástrico e potenciar as secreções das mucosas, protegendo assim a mucosa gástrica de danos. Ao que tudo indica, deverão ser os flavonoides presentes no açafraão os responsáveis por este efeito¹⁰⁶.

De notar que, em ensaios clínicos em que o uso de crocina foi comparada com o uso de fluoxetina no tratamento da depressão, registou-se nos pacientes que tomaram crocina um aumento do apetite, em oposição à perda deste pelos pacientes medicados com fluoxetina¹⁰⁷.

¹⁰² Alavizadeh 2014: 68.

¹⁰³ Alavizadeh 2014.

¹⁰⁴ Noorbala et al, 2005: 283.

¹⁰⁵ Kyriakoudi et al 2015: 2.

¹⁰⁶ Wani et al 2011: 2133.

¹⁰⁷ Noorbala et al 2005: 283.

Aos flavonoides presentes no açafrão, juntamente com taninos, antocianinos, alcaloides e saponinas, foram também associadas propriedades antinociceptivas e antiinflamatórias, concordantes com as informações de Dioscórides sobre a sua aplicação em feridas e inflamações.

Ainda que, na atualidade, os estudos que incidem sobre as propriedades do açafrão e os seus constituintes mostrem resultados promissores nas terapêuticas associadas a doenças degenerativas do foro neurológico, as suas propriedades digestivas e constringentes têm, também, sido comprovadas, atestando o conhecimento que se tinha no período clássico das propriedades desta especiaria.

Fontes

Tess Anne Osbaldeston; Robert P Wood

Dioscórides

OSBALDESTON, T. A., & Wood, R. P. (eds.)(2000). Dioscorides. De materia medica: Being an herbal with many other medicinal materials : written in Greek in the first century of the common era : a new indexed version in modern English: Johannesburg;

Galeno

WILKINS, J., On the properties of food Stuff. Galen. Cambridge: Cambridge University Press, 2007.

GALENO, De Simplicium medicamentorum facultatibus. Lion, 1547.

Hipócrates

JOLY, R. (ed.)(1967), Hippocrate. Du regime. Paris: Belles Lettres, 1967.

JOLY, R. (ed.) (1972), Hippocrate. Du regime des maladies aiguës. Appendice. De d'aliment, De l'usage des liquides, Paris: Belles Lettres.

POTTER, P. (1995), Hippocrates. Volume VIII, Londres: Harvard University Press.

Teofrasto

SILVA, M. F. (2016), Teofrasto. História das plantas. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2016 (no prelo).

Referências

BARROS, A., As receitas de um frade português do século XVI, Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2013.

HENRIQUES, F. F., *Âncora Medicinal para conservar a vida com saúde*. Lisboa, 1731.

HENRIQUES, F. H., *Medicina lusitana: socorro delphico aos clamores da natureza humana para total profligação de seus males*. Amesterdão, 1710.

LAGUNA, A., *Pedacio Dioscorides Anazarbeo, Acerca de la materia medicinal y de los venenos mortíferos*. Anvers, 1555.

LUSITANO, A., In *Dioscoridis Anazarbei de medica materia libros quinque enarrationes eruditissimae doctoris Amati Lusitani medici ac philosophi celeberrimi, quibus non solum officinarum seplasiariis, sed bonarum etiam literarum studiosis utilitas adfertur, quum passim simplicia Graece, Latine, Italice, Hispanice, Germanice, & Gallice proponantur*. Veneza, 1553.

MATTIOLLI, P., *Petri Andreae Matthioli Medici Senensis Commentarii, in Libros sex Pedacii Dioscoridis Anazarbei, de Materia Medica, Adjectis quàm plurimis plantarum & animalium imaginibus, eodem authore*. Veneza, 1573.

RODRIGUES, J., *Index Dioscorides*. Antuérpia, 1536.

ALAVIZADEH, S. H., HOSSEIN, H., Bioactivity assessment and toxicity of crocin: A comprehensive review, *Food and Chemical Toxicology*, n. 64, p. 65–80, 2014.

DALBY, A., *Dangerous tastes. The story of the spices*. Berkley-Los Angeles : University of California Press, 2000.

GOLMOHAMMADI, F., *Saffron and its Farming, Economic Importance, Export, Medicinal characteristics and Various Uses in South Khorasan Province- East of Iran*, *International Journal of Farming and Allied Sciences*, n. 3 (5), p. 566-596, 2014.

KYPLE, K., Ornelas, K., *The Cambridge World of History of Food*. Cambridge: Cambridge University Press, 2000.

KYRIAKOUDI, A., ORDOUDI, S. A., ROLDÁN-MEDINA, M. e TSIMIDOU, M. Z., *Saffron, A Functional Spice*, *Austin Journal of Nutrition Food Sci*, n. 3(1): p. id1059, 2015.

NOORBALAA, A.A., AKHONDZADEHA, S., TAHMACEBI-POURA, N., JAMSHIDIB, A.H. *Hydro-alcoholic extract of Crocus sativus L. versus fluoxetine in the treatment of mild to moderate depression: a double-blind, randomized pilot trial*, *Journal of Ethnopharmacology*, n. 97, p. 281–284, 2005.

OSBALDESTON, T. A., & Wood, R. P., *De materia medica: Being an herbal with many other medicinal materials: written in Greek in the first century of the common era : a new indexed version in modern English*. Johannesburg, 2000.

PINTÃO, A. M. e SILVA, I. F. (2008), *A verdade sobre o açafão*. Workshop Plantas Mediciniais e Fitoterapêuticas nos Trópicos, IICT /CCCM, 29, 30 e 31 de Outubro de

2008. Consultado em 21 de Janeiro de 2016. Disponível em: http://www2.iict.pt/archive/doc/A_Pintao_wrkshp_plts_medic.pdf

PITSIKAS, N., The Effect of *Crocus sativus* L. and Its Constituents on Memory: Basic Studies and Clinical Applications, Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine, n. de 2015, p. id 926284, 2015.

TURNER, J., Spice: The History of a Temptation. Knopf, 2004.

SOARES, C., Matrizes clássicas gregas da história da dieta: contributos da tratadística hipocrática. In C. Soares (coord.) Espaços do Pensamento Científico da Antiguidade, Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra, 2013.

VERDÉS-PIJUAN, P., La fiscalidad sobre el azafrán: una "cuestión de estado" en la Cataluña del siglo XV. In R. Vallejo Pousada e A. Furió (coord.), Los tributos de la tierra. Fiscalidad y agricultura en España : (Siglos XII-XX), Valência: Universitat de València, 2008;

WANI, B.A., HAMZA, A. K. R. e MOHIDDIN, F. A., Saffron: A repository of medicinal properties. Journal of Medicinal Plants Research, Vol. 5(11), p. 2131-2135, 2011;

YASMIN, S. e NEHVI, F. A., Saffron as a valuable spice: A comprehensive review, African Journal of Agricultural Research, n. 8(3), p. 234-242, 2013;

Data de recebimento e aprovação

Recebido: 05/05/2016

Received: 05/05/2016

Aprovado: 26/09/2016

Approved: 26/09/2016