

---

Pour mémoire : « Ni salé, ni piquant, ni aigre, ni des aliments durs et chauds, ni astringents, ni poireaux, ni oignons, etc. » A qui est conseillé ce régime ?

24-07-2013

« Ni salé, ni piquant, ni aigre, ni des aliments durs et chauds, ni astringents, ni poireaux, ni oignons, ni d'autres épices que l'on incorpore dans les viandes pour leurs saveurs, comme le poivre, l'ail, la roquette sauvage et surtout éviter l'ail. »  
A qui est conseillé ce régime ?

-

Ce régime est conseillé aux nourrices par Trotula, une femme médecin de Salerne, vers le XI<sup>ème</sup> siècle.

-

On sait peu de choses sur Trotula de Salerne.

-

L'hypothèse qu'il s'agisse d'un homme a été soulevée.

-

Quoi qu'il en soit, plusieurs traités de gynécologie signés Trotula nous sont parvenus, qui passent en revue les techniques de stimulation de la conception et d'accouchement, les méthodes de contraception, la médecine intime féminine, etc.

-

Le plus connu de ces traités est intitulé Trotulae de mulierum passionibus.

-

Dans le cadre d'un mémoire de maîtrise d'histoire\*, une nouvelle traduction (la première depuis plusieurs siècles) en est proposée.

-

Au chapitre 23, "Du gouvernement de la nourrice", il est indiqué que Nutricem appare esse iuvenem clarum colorem habentem que cum albedine ruborem habeat admixtum quae non sit partui vicina...

-

"Il est évident qu'une nourrice doit être jeune, d'une couleur claire ayant un mélange de blanc et de rouge, et que son accouchement ne doit être ni récent ni éloigné, qu'elle ne soit pas tachée, ni qu'elle ait les seins petits mais gros, que sa poitrine soit forte, ample et modérément grasse. Quant au régime alimentaire, elle ne doit pas manger ni salé, ni piquant, ni aigre, ni des aliments durs et chauds, ni astringents, ni poireaux, ni oignons, ni d'autres épices que l'on incorpore dans les viandes pour leurs saveurs, comme le poivre, l'ail, la roquette sauvage et surtout éviter l'ail. On doit lui éviter toute inquiétude et la provocation des règles. Et si son lait diminue, on fait une bouillie de farine de fève et de la même façon de riz, et du pain fait semblablement avec du lait et du sucre; on la nourrit jusqu'à ce que le lait augmente, on peut ajouter dans ces préparations un peu de graine de fenouil."

\* Geneviève Pezeu, Le "De passionibus mulierum" de Trotula, Mémoire de maîtrise d'histoire, Université de Montpellier III, 1988. Lire