



MEDICINA E FARMÁCIA POPULARES DOS CORTELHÕES E DOS PLINGACHEIROS (BEIRA BAIXA)

Popular Medicine and Pharmacy of Cortelhães and Plingacheiros (Beira Baixa)

Francisco Henriques, João Caninas, Maria dos Anjos Henriques e Maria do Céu Duarte
Membros e colaboradores do Núcleo Regional de Investigação Arqueológica (em 1990)

Palavras-chave Medicina popular, etnografia, Proença-a-Nova, Vila Velha de Ródão.

Keywords Traditional Medicine, ethnography, Proença-a-Nova, Vila Velha de Ródão.

Vila Velha de Ródão, 2020

Resumo

Na década de 80 do século passado os subscritores realizaram um vasto conjunto de recolhas etnográficas, predominantemente nos concelhos de Proença-a-Nova e de Vila Velha de Ródão, que foram publicando ou que ficaram inéditas.

Uma das temáticas focadas foi a medicina e a farmácia, de cariz popular, vivenciada pelas gentes desta região. O documento não é um estudo, mas apenas uma coleção de patologias, divididas por grandes grupos com as respetivas terapias, ainda que de modo muito incompleto.

No final apresenta-se um índice remissivo dos elementos terapêuticos e um breve glossário.

Abstract

In the 80s of the last century, the authors undertook a wide range of ethnographic recollections, predominantly in the regions of Proença-a-Nova and Vila Velha de Ródão, which were published or kept unpublished.

One of the themes focused on was traditional medicine and pharmacy, experienced by the people of this region. The document is not a study, but just a collection of pathologies, divided into large groups with the respective therapies, although in a very incomplete result.

At the end, a remissive index of the therapeutic elements and a brief glossary are presented.

Introdução ¹

A área dos concelhos de Vila Velha de Ródão e de Proença-a-Nova continua a ser o alvo privilegiado dos nossos trabalhos de recolha etnográfica, ainda que, nesta temática específica, tenhamos registado algumas, poucas, informações de concelhos que não os referidos, mas também eles ribeirinhos do Tejo.

É velha a luta do Homem contra a doença e a morte. Apesar dos fins serem sempre iguais, o do prolongamento da vida, os meios usados nem sempre o foram. E onde quer que o homem chegou, geográfica e culturalmente, sempre procurou rodear-se desses recursos, diferentes, é óbvio.

Assim, numa simples contribuição para preservar a memória e divulgar os meios usados pelas comunidades rurais desta região interior, elaborámos este apontamento que não é, obviamente, um trabalho completo e muito menos um estudo. Pretendemos que seja um registo de práticas tradicionais de combate à doença ou de manutenção da saúde. Conhecemos algumas das suas limitações e imperfeições, mas tentaremos colmatá-las em contribuições posteriores. Estamos certos de que esta não será a primeira.

Este trabalho baseou-se em dois diferentes registos. O primeiro insere-se no levantamento etnográfico global que vimos realizando na área referida e que, no campo da medicina popular, se iniciou em finais de 1985. O segundo foi elaborado por Maria do Céu Duarte, a partir de recolhas feitas em 1984, em Vila Velha de Ródão, para trabalho académico destinado à disciplina de Antropologia Cultural.

Quando, nesse mesmo ano, conhecemos o manuscrito convidámos e incentivámos a autora a melhorá-lo para o divulgar neste boletim². Mas os anos passaram e a autora não respondeu ao repto. Por considerarmos que o manuscrito continua válido, por estarmos a trabalhar na mesma área geográfica e na mesma temática e

¹ Este texto foi originalmente publicado em 1990, no nº 9 a 11 do boletim informativo Preservação, editado pelo Núcleo Regional de Investigação Arqueológica.

² *Preservação*, onde foram publicadas outras temáticas relativas aos Cortelhões e Plingacheiros.

para que o documento se não perdesse, acordámos em fundir o manuscrito de Maria do Céu com o material recolhido pelos outros subscritores.

Era pequena, para não dizer nula, a função do homem no processo de cura. A mulher diagnosticava, medicava, administrava a terapêutica, apoiava, limpava e alimentava o doente, independentemente da idade e do sexo.

A lista de informantes é assim enganadora porque a percentagem de homens aqui registada, apesar de inferior à das mulheres, não corresponde paralelamente e em termos percentuais à quantidade de material por eles fornecida. Caso queiramos ser mais concretos, dizemos mesmo que a cada informante masculino pouco mais corresponde que a informação de um único ato terapêutico. Observamos assim que a medicina popular foi função exclusiva, ou quase, de mulheres.

Nesta área, principalmente se o caso se complicava ou não cedia às primeiras tentativas de cura, a função de prescrição que estava inicialmente reservada à mulher mais próxima do doente (esposa, mãe, vizinha), passava também para as mãos de outras mulheres da comunidade que iam dando o seu parecer e ensaiando no doente terapêutica após terapêutica. Só muito raramente e após terem experimentado várias terapêuticas, ou o estado do doente inspirasse sérios cuidados, é que se recorria ao barbeiro ou, mais raramente ainda, ao médico. Porque, a este último, era necessário pagar o serviço prestado e comprar a medicação prescrita. Há também que ter em conta a distância que os separava e o estado das vias de comunicação.

No intrincamento das relações comunitárias era dever de cada mulher casada visitar qualquer doente, independentemente do sexo e da idade, nunca deixando de transmitir à "enfermeira" o seu diagnóstico, a terapêutica aconselhada e ao doente umas poucas palavras de conforto. Os homens estavam, geralmente, dispensados desta função, exceto se o doente fosse homem adulto.

Era dever de um ex-doente retribuir visitas, pelo menos tantas vezes quantas as que foi visitado pelo atual enfermo. Toda a povoação conhecia o diagnóstico, "a medicação", a sintomatologia, a evolução e mesmo o prognóstico.

A doença nestas comunidades era assumida e vivida socialmente. Estava também reservada à mulher a constituição e administração da farmácia caseira. Era ela que, anualmente, providenciava a sementeira das plantas medicinais que não podia colher diretamente da natureza, a recolha em tempo correto das que a natureza lhe dava, o seu armazenamento adequado e as quantidades respetivas.

As comunidades tentavam ser, tanto quanto possível, autossuficientes de meios terapêuticos. Usavam o que podiam colher no seu aro e cultivavam as poucas plantas para as quais não conheciam similares espontâneos. É provável que esta característica seja um importante contributo para a explicação da grande variedade de meios usados para a mesma patologia³. Na terapêutica geral, e na de urgência em particular, é nítida a autossuficiência do indivíduo, pelo uso dos meios - geralmente diferentes, consoante o local onde estivesse - e o que tivesse imediatamente à mão.

Por opção consciente, na apresentação das páginas de "Doenças e Sintomas - Terapêutica" não separámos o tratamento físico do tratamento ritual. Ambos os tratamentos merecem a mesma credibilidade e têm o mesmo fim, só os meios diferem. Enquanto para o primeiro é condição a utilização de um elemento físico que atuará como princípio ativo e a terapêutica é orientada para aliviar ou extinguir os sintomas, desconhecendo-se mesmo a existência da causa, no segundo está ausente o fator físico ou este raramente é usado. Neste, a cura provém do cumprimento correto de determinadas práticas rituais nas quais a expressão verbal é elemento importante. Atrever-nos-íamos mesmo a dizer que no tratamento ritual a cura acaba por surgir pelo passar do tempo, que aqui é um elemento terapêutico chave, ou por fatores de índole psicológica, ou mesmo por ambos

³ E de que também nenhuma terapêutica era completamente eficaz.

Referimos, anteriormente, o estatuto quase exclusivo da mulher na arte de curar embora nem todas possuam o mesmo grau e tipo de conhecimento. Enquanto no tratamento sintomático esse conhecimento é de cariz empírico, logo relativamente generalizado, não havendo restrições à sua divulgação, até pela sua simplicidade, e todos sabem pelo menos o indispensável, apesar de pequenas nuances. No tratamento ritual damos conta da existência de um cripto conhecimento. E é escasso o número de pessoas iniciadas. É um conhecimento hermético.

Desconhecemos a razão de ser tão escasso o rol das situações clínicas que vamos referir. É certo que não houve preocupações, da nossa parte, na realização de um tratado de medicina popular. Mas pensamos que este facto não é só por si justificativo. É um problema que fica em aberto para futuras contribuições.

Após uma rápida consulta a estes registos, obtemos, de imediato, uma ideia das manifestações clínicas que mais atingiam estas comunidades, ou que maiores incómodos provocavam. Curioso é também verificar a simplicidade a que são reduzidas - aos sintomas alarmantes - as manifestações clínicas, quando comparadas com a medicina convencional.

Constatámos o arcaísmo e a simplicidade dos meios terapêuticos, por exemplo, com a utilização da pedra lousinha aquecida para as "dores de corpo", que até era eficaz, de folhas de esteva para as picadas de abelhas, planta abundante, ou mesmo de "pedras" para extrair corpos estranhos dos olhos.

Chega a ser poética a perfeita harmonia, sentida até no campo terapêutico, entre o homem e o meio. É notória a troca de alguns elementos por outros mais recentes, ou mais em voga, como a substituição, em algumas terapias, do mel pelo açúcar ou da aguardente pelo álcool.

Tivemos dificuldade em documentar quantidades: de que modo podemos quantificar, em unidades peso, por exemplo, "uns raminhos", "uma mão cheinha", ou a posologia diária com um "ir bebendo"? São expressões de grande subjetividade e só a prática diária dava a noção de equilíbrio e da quantidade certa.

Duas das características desta recolha: não ter sido sistemática em cada comunidade abordada; tentar conhecer o maior número de patologias e terapias junto de cada informante. Todo o trabalho de recolha foi desenvolvido pelos quatro subscritores e não foi tão árduo quanto inicialmente se previa. Para isso muitos fatores contribuíram, como o nosso conhecimento das pessoas e dos lugares, a nossa experiência e o prazer que nos deu a tarefa de copiar e arrumar, à nossa maneira e talvez indevidamente, uma parte da alma popular.

A terminar, um agradecimento aos revisores finais do texto, Jorge Gouveia e Luísa Filipe e a todos os informantes, com especial destaque para Maria Rosa Mota, de Gavião de Ródão.

Observações complementares

Antes de iniciarmos a apresentação das situações patológicas e das respetivas terapias, consideramos útil abordar alguns aspetos relativos às plantas usadas.

Nalgumas terapias é mais indicado o uso das folhas e noutras o uso da flor. Para a grande maioria das situações, a flor é o agente ideal mas, na falta desta, recorre-se às folhas. Tanto as folhas como as flores, depois de recolhidas, devem ser secas à sombra. Porém, em alguns casos, por indicação específica ou por urgência, usam-se folhas verdes. As plantas eram recolhidas em momento específico do seu desenvolvimento e, depois de secas, eram ensacadas em pequenas bolsas de farrapos. A cada bolsa correspondia uma espécie que era guardada em lugar seco e arejado. Para a confeção do chá era aconselhado deitar os ingredientes para a água após ter levantado fervura e servi-lo uns minutos depois de ter assentado.

No final da exposição, da quase generalidade das terapias, é indicado sob a forma de abreviatura o local da recolha. Para o efeito, utilizam-se as seguintes abreviaturas: BAI, Bairrada (PN); CIM, Cimadas (PN); FRA, Fratel (VVR); GAV, Gavião (VVR); MAL, Malpica (CB); MS, Montes da Senhora (PN); OLE, Oleiros

(OLE); PAL, Palhota (PN), PN, Proença-a-Nova ou vários aglomerados populacionais deste concelho; RAB, Rabacinas (PN); ROS, Rosmanihal (IN); RTX, Retaxo (CB); SAR, Sarnadas (VVR); SARH, Sarnadinha (VVR); SJM, S. José das Matas (M); VAL Vales (PN); VC, Vale do Cobrão (VVR); VER, Vermum (VVR); VPOU, Vale de Pousadas (VVR); VRU, Vilas Ruivas (VVR); VVR, Vila Velha de Ródão ou vários aglomerados populacionais deste concelho. Utilizaram-se as seguintes abreviaturas para os municípios: CB para Castelo Branco; IN para Idanha-a-Nova; M para Mação; OLE para Oleiros; PN para Proença-a-Nova; VVR para Vila Velha de Ródão.

Indicam-se seguidamente as várias doenças diagnosticadas, os sintomas identificados, as respetivas terapêuticas e observações complementares.

Doenças infecciosas e parasitárias

Papeira: pisam-se, bem, caganitas de cabras e misturam-se com mel; o produto obtido espalha-se sobre a área afetada. (VVR, VER e GAV)

Esfrega-se unto-sem-sal, quente, sobre o pescoço, várias vezes ao dia, cobrindo depois a área afetada com uma folha de couve aquecida. Outras vezes ainda esfrega-se unto-sem-sal na folha de couve quente e ajusta-se ao pescoço do doente. (RAB e MS)

Ferve-se bem fervida a queixada de porco, só o osso do maxilar inferior, pisa-se até se obter uma massa e esfrega-se o produto assim obtido sobre o local do edema. (GAV)

Sarampo: o problema do Sarampo é quando ele "recolhe", isto é, em vez de rebentar para fora, rebenta para dentro. (VVR e PN)

Quando as crianças têm sarampo devem-se embrulhar num cobertor vermelho e não permitir que apanhem ar. (VVR e PN)

Outras pessoas optavam por embrulhar a criança em roupa interior de homem, usada e não lavada. (MS)

Dito sobre o sarampo: "sarampo, sarampelho, sete vezes vem ao pêlo".

Sarna (pique-pique): lavar-se, três ou mais vezes, com água da fervura de folhas de loureiro-rosa; neste caso toda a pele acabará por cair. Há quem use banhar o doente em água de ferver farelos de trigo. (MS)

Lavar o doente com sabonete de alcatrão. (GAV e MS)

Adquirir flor de enxofre na farmácia e fervê-la com azeite. Depois de deixar arrefecer o produto, besuntar o doente e embrulhá-lo em roupas velhas. A loção devia manter-se uma noite sobre o corpo, finda a qual a pessoa devia tomar banho. Se dispunha de sabonete de alcatrão devia usá-lo durante a lavagem. As roupas a usar deviam ser as mais velhas, porque ficavam sempre com um cheiro ativo a enxofre. (CIM e BAI)

Bichas: nas crianças era indicado colocar-lhes no pescoço um colar feito de alhos. Também se usava cheirar hortelã ou beber chá de pau de romãzeira, sem o revestimento exterior. (GAV)

Beber chá de hortelã na volta da lua. (BAI)

Constipação: costuma-se dizer que a gripe tratada dura trinta dias e por tratar dura trinte e um. Expressão usada para afirmar a pouca vantagem de tratar uma gripe. Para o tratamento da constipação costuma dizer-se: "avinha-te, abifa-te e abafa-te". (PN e VVR)

Está indicado chá de semente de coentros, adoçado com mel. Umhas pessoas adoçavam somente o chá; outras, depois do chá feito, adoçavam-no com mel e

ferviam-no novamente. Devia ser tomado bem quente e com o doente já na cama.
(RAB)

Para o tratamento desta enfermidade está indicado chá de poejo, doce e bem quente. A pessoa em causa deve deitar-se logo após a ingestão do chá. Provoca transpiração abundante. Também se pode usar: chá de limão, bem quente; chá de erva de S. Roberto; chá de pimpinela, chá de agrião; chá de três passas de figo, com três flores de perpétua, uma raspa de limão, adoçar com mel e beber bem quente; levar açúcar ao lume até ficar em ponto, nesta ocasião juntar cascos de cebola; beber leite bem quente com um bocadinho de ponche. (VVR)

Aguardente queimada, adoçada com mel. Deita-se fogo à aguardente, quando se extingue a chama adoça-se com mel. Bebe-se a mistura, bem quente e já na cama. Deve tapar-se o doente com cobertores. Minutos depois transpira-se abundantemente e se for necessário deve mudar-se de roupa, pessoal e da cama. Nesta ocasião deve ter-se muito cuidado com as correntes de ar. (RAB)

Fazer xarope de passas de figo, cascos de cebola amarela e, se houver, adicionar três passas de uva preta (ou os próprios bagos), açúcar mascavado ou amarelo. Deixa-se repousar e quando for preciso bebe-se. (VVR)

Chá de erva das constipações. (VPOU)

Xarope de cenoura. Corta-se a cenoura às rodelas e colocam-se num recipiente. Sobre cada fatia de cenoura coloca-se açúcar amarelo. Deixa-se repousar. Ao fim de algum tempo começa a brotar um líquido. É esse líquido que se deve beber à colherada, várias vezes por dia. (VVR)

Prescreve-se um suadoiro, que consiste no abafamento e ingestão de líquidos quentes pelo doente. Durante a transpiração, abundante, deve-se mudar de roupa. (SJM)

Evitar as constipações: está indicado fazer defumadoiros de alecrim sobre o peito.

Tortulhos na boca: quando as crianças têm tortulhos na boca, está indicado passar um pano vermelho pelo interior da cavidade oral, várias vezes por dia. (PAL)

Barra-se a boca da criança com mel rosado, produto que se comprava nas farmácias. (PN)

Cobrão: cobrir o cobrão com "sumo" de trigo queimado. Geralmente este trigo é queimado numa forja de ferreiro e o próprio tratamento é feito naquele local. (VVR)

Diz-se e faz-se o seguinte: "Se és cobrão, corto-te rabo, cabeça e coração". Ao dizer-se isto e com a cota de uma faca circunscreve-se totalmente as bolhas, de modo a todas ficarem abrangidas, para que o cobrão não vá além da linha imaginária traçada pela faca. Continua-se dizendo e fazendo o seguinte: "se és cobrão, corto-te cabeça, rabo e corpo todo". Ao dizer-se isto, faz-se com a faca três cruces sobre o cobrão. A faca pode tocar as bolhas. Estas operações podem repetir-se. No final, a zona lesada é coberta com uma solução de vinagre com palha de alho queimada. Depois da aplicação da palha de alho a pessoa não se deve lavar. Esta operação pode ser feita duas vezes por dia para que o cobrão não progrida. O doente deve evitar manusear palha de milho porque o seu contacto com a pele provoca maior irritação e atrasa a cura. (VVR)

Com uma faca finge-se que se corta sobre o cobrão dizendo o seguinte: "Aqui te corto cobra ou cobrão/ A cabeça, o rabo e a raiz do coração/ Aqui te corto lagartixa ou lagarto/ Que não me tentes/ Nem na rua, nem em casa, nem no meu quarto." E vai-se fingindo que se corta o cobrão. Depois queima-se palha de alho e mistura-se a cinza obtida com vinagre e cobre-se o cobrão com esta solução. Durante o tratamento a pessoa não pode mudar de roupa. (VVR)

Pelo Rio Douro passei/ Este bicho matei/ Rabo e cabeça/ Tudo eu lhe cortei/ Ao Douro tornei a passar/ Rabo e cabeça/ Tudo lhe hei de cortar. (VVR)

Pedro Paulo veio de Roma/ Jesus Cristo encontrou/ Donde veio Pedro Paulo/
Venho de Roma Senhor/ Pedro Paulo volta atrás / Com os espargos e benzeduras/
E não volta atrás. (VVR)

Problemas do sangue e sistema circulatório

Anemia: devem comer-se muitos figos secos. (GAV)

Para estancar o sangue (hemostático): deitar açúcar sobre a ferida. (VVR)

No campo é costume colocar folhas de esteva sobre a ferida, devido à viscosidade que a reveste. (GAV)

Pisadura (Hematoma): cobre-se a área do hematoma com uma pasta de ortigas bem pisadas e amassadas com vinagre. (GAV)

Colocar sanguessugas sobre o hematoma para aspirarem todo o sangue derramado. As sanguessugas guardavam-se dentro de uma garrafa com água. Há notícia de existirem no Coxerro (VVR) mulheres que as recolhiam e as dispensavam a outras pessoas. (VVR, GAV)

Doenças do sangue: chá de rosmaninho bebido durante longos períodos (GAV). Dizem que o chá de doce e lima (lúcia-lima) pode provocar doenças no sangue.

Doenças do coração: para a generalidade das doenças cardíacas, está indicado o chá de flor de carqueja ou de flor de marmeleiro. Deve ser tomado de manhã e à noite e, caso o doente pretenda, pode sê-lo também a meio da tarde. (GAV)

Chá de laranjeira ou chá de S. Roberto. (VVR)

Tensão alta (hipertensão): chá de folha de oliveira; deve ter-se o cuidado de extrair a ponta da folha. O chá deve levar uma única folha sem a ponta ou duas

metades proximais. Também se usa chá de folha de marmeleiro, bebido de manhã e em jejum. (GAV)

Chá de folhas de oliveira, retirando previamente, a cada folha, a nervura central. (PN)

Chá de limão com um raminho de oliveira, chá de nogueira ou ainda chá de três folhas de oliveira, três folhas de marmeleiro e uma pitada de flor de carqueja. (VVR)

Foro odontológico

Dor de dentes: introduz-se no buraco do dente uma erva chamada nefca. (BAI, GAV)

Mete-se no buraco do dente uma pedra de sal. (VVR, BAI)

Bochecha-se com petróleo. (BAI, RAB)

Bochecha-se com aguardente. (BAI, RAB e VVR)

Coloca-se sobre o dente tabaco moído. (BAI)

Esfrega-se um dente de alho na superfície exterior da face correspondente ao local da dor. (GAV)

Assa-se um dente de alho, deixa-se arrefecer e coloca-se em cima do dente com dor. (GAV)

Provoca dor de dentes: é crença comum que o fumo da cana provoca dor de dentes. (BAI, RAB e VVR)

Aumento da resistência dos dentes: fazem-se bochechos com a água da fervura de trepolos⁴ de oliveira. (GAV)

Nascimento dos dentes: nas crianças estava sintetizado nesta expressão: “aos cinco (meses) procura-lhe os dentes e o cú com que o assentes”. (PN)

Foro otorrinológico

Rouquidão: beber chá de cascos de cebola. (BAI e VVR)

Beber chá de perpétua roxa. (GAV)

Dor de garganta: mastigar, mas não engolir, os olhos da silva. Isto é, engolir unicamente o suco obtido durante a mastigação. (MS)

Misturar sumo de limão com mel e ir bebendo ao longo do dia, uma colher de cada vez. (VVR)

Beber chá de olhos de silva. (MS e VC)

Colocar sobre as brasas uma folha de couve ratinha. Depois, untá-la com unto-sem-sal, colocá-la sobre a região afetada e apertá-la com um lenço. (VVR e BAI)

Banha-se o pescoço com panos molhados em álcool. (VVR)

Unta-se uma folha de couve com azeite e ata-se ao pescoço com um lenço de lã. (VVR).

Parte-se um limão às rodelas, cobre-se com açúcar ou mel e come-se. (VVR)

Dor de ouvidos: capturam-se ratos pequeninos, ainda no ninho, esfolam-se e fritam-se em azeite. Depois, tiram-se os ratos e mete-se o azeite que os fritou numa garrafa. Deitam-se no ouvido doente uma ou duas gotas daquele azeite. Antigamente, usava-se uma pena de galinha para transportar o azeite da garrafa para o ouvido. (GAV)

Vertia-se no ouvido umas gotas de azeite aquecido numa colher. (BAI)

Retirava-se de um pano de linho uns fios, molhavam-se em azeite e punham-se no ouvido. Depois, esfregava-se um dente de alho sobre o pulso, na veia que estivesse mais saliente. (GAV)

Deita-se no ouvido doente umas gotas de leite de mulher. Convém que saia do mamilo diretamente para o ouvido do paciente. (RAB e VVR)

Molha-se um pedaço de algodão em azeite virgem e aquece-se o algodão, com um fósforo. Quando estiver morno introduz-se no ouvido. (VVR)

Faz-se um suadoiro com água de malvas. (VVR)

Fritam-se ratos acabados de nascer em azeite virgem. Embeber um pedaço de algodão naquele azeite e introduzi-lo no ouvido. (VVR)

Manifestações alérgicas

Brotoeja: o doente deve embrulhar-se numa manta encarnada e estar dois ou três dias sem sair de casa. Não deve apanhar ar. (RAB e VVR)

Picada de abelha: deve-se colocar sobre o local da picada uma fina camada de terra barrenta. (VVR e PN)

Colocar sobre o local da picada uma folha de esteva. (VVR e PN)

⁴ Ramos novos que geralmente rebentam na base do tronco da oliveira.

Comprimir o gume de uma faca sobre o local da picada. (VVR e PN)

Nota: estes procedimentos são essencialmente para evitar o edema e, concomitantemente, a dor.

Picada de rabiço alçado: o animal deve ser imediatamente morto, esmagado e colocado sobre o local da picada. Serve de analgésico. (BAI e VVR)

Deve beber-se alguma aguardente para ajudar a combater a dor. (BAI)

Há quem faça um golpe no sítio da picada e comprima a região envolvente para forçar a saída de sangue com veneno. (BAI)

É crença comum que a dor da picada do escorpião só abranda depois do animal morto, por isso, é frequente perseguir-se o animal após a picada. (RAB e VVR)

Para o tratamento da dor está indicado verter sobre o local da picada, leite de figo não maduro. (SAR)

Foro oftalmológico

Olhos inflamados: lavam-se os olhos com água de rosas brancas. Para isso, deixam-se secar à sombra as pétalas das ditas rosas. Depois, fervem-se e lavam-se os olhos com a água assim obtida. (GAV, BAI e VVR)

Lavar os olhos com a água da fervura de manjericos, secos à sombra (BAI)

Cabrita: o portador de cabrita não pode olhar para as cabras. Avisa-se mesmo a pessoa quando da aproximação destas. (BAI)

Treçolho: colocar uma peça de oiro (aliança) sobre o treçolho. (VVR, BAI)

Fricciona-se uma aliança, anel em oiro, ou uma moeda sobre o fato e coloca-se sobre o treçolho, repete-se este procedimento três vezes. (BAI)

Corpo estranho na vista: para retirar qualquer corpo estranho do olho usava-se uma pequena pedra (pedra dos agreiros) que se introduzia na vista. Esta dava a volta completa a este órgão trazendo consigo o material estranho que encontrasse. Para a pedra sair da vista, baixava-se o olhar e deixava-se cair sobre um lenço limpo. Esta pedra era recuperada para novas utilizações. (VVR)

No Rosmaninhal, era costume colocar-se um botão de madrepérola, polido em ambas as faces, entre as pálpebras e a córnea do olho, com o objetivo de retirar os corpos estranhos existentes no globo ocular. Era mesmo aconselhável que o visado dormisse com o botão na vista. Na manhã do dia seguinte o botão já tinha caído tal como o corpo estranho. Era muito provável que a vista ficasse inflamada e mesmo as pálpebras coladas, mas passado pouco tempo este incómodo estava ultrapassado. Este uso provocava uma elevada procura dos botões de madrepérola. (ROS)

Com dois dedos pega-se na pálpebra superior e puxa-se ligeiramente para fora. Com a pálpebra nesta posição contraem-se energicamente os músculos da vista e fazem-se movimentos oculares rápidos. (BAI)

Cegueira provocada pelos sapos: dizem que os sapos quando mijam para os olhos das pessoas provocam cegueira. (RAB e BAI)

Foro dermatológico

Inflamação da pele: lavar a região atingida com água de malvas, tendo o cuidado de não se limpar. A água deve secar no corpo. (GAV)

Polvilhar virilhas: para polvilhar as virilhas dos bebés, era usado pó de madeira podre. (BAI)

Para os bebés e com o mesmo objetivo, usavam-se folhas de murta muito bem secas e finamente moídas. (GAV)

Cascarrão: quando o bebé tinha cascarrão (algo parecido com caspa, mas de partículas maiores e mais espessas) no couro cabeludo devia ferver-se durante meia hora farelo de trigo com catarinas queimadas. Estes ingredientes, se possível, devem estar durante a fervura dentro de uma bolsa de pano. Depois, com a água assim obtida lava-se a cabeça da criança. (GAV)

Cravos: deita-se uma mão cheia de sal para o lume ou para o forno e foge-se para não se ouvir o crepitar. (BAI)

Para os cravos das mãos, lavam-se as mãos numa poça de água turva (das primeiras chuvas) e não se devem limpar. (BAI)

Se os cravos estão localizados nas mãos, promete-se uma mão cheia de trigo, por cada cravo, a S. Bento (santo de Chaveira, Mação). Se os cravos estão implantados nos pés, promete-se por cada cravo um sapato da pessoa em causa, cheio de trigo, ao dito santo. Condição: nunca mais se lembrar dos cravos até desaparecerem. (BAI, CIM)

Corta-se em cada um dos dias, durante nove dias, uma talhada de maçã que se coloca dentro de uma meia que se pendura na cadeia do lume. Assim, conforme as maçãs vão secando, também os cravos vão desaparecendo. Este conselho foi dado por uma cigana que por aqui passou. (CIM)

Come-se uma talhada de chouriço e deita-se a pele que o reveste para detrás das costas num sítio onde jamais se volte a passar. (GAV)

Deita-se leite de figueira sobre os cravos, até desaparecerem. (RAB)

Prometia-se ao santo de Maxiais (CB) um ramo de cravos em quantidade igual à dos cravos a eliminar. (MS)

Cravos, como aparecem: é crença comum que o ato de contar as estrelas do céu faz aparecer cravos nas mãos ou em qualquer outra parte do corpo. Cada estrela que se contava, cada cravo que aparecia.

Frieiras: urinar diretamente sobre elas, principalmente se localizadas nas mãos. (VVR, RAB)

Sistema urinário e reprodutor, sua higiene

Gravidez: antigamente, as mulheres grávidas não podiam usar anéis, fios e outros adornos, pelo perigo das crianças nascerem com sinais no corpo. Também diziam que a criança ficava com sinais se caísse, por exemplo, uma azeitona para o bolso da mãe e não fosse logo retirada. Conta-se até que uma mulher grávida estava a tirar a água à picota e como tinha cravos à volta do poço retirou um e colocou-o na abertura da blusa, vindo depois a cair para o interior. Quando a criança nasceu trazia o desenho do cravo no corpo. (BAI) Fenómenos semelhantes, mas com outros elementos, são relatados em Rabacinas.

Diz-se que quando as mulheres grávidas têm desejos estes devem ser satisfeitos, sob o perigo da mulher abortar de modo espontâneo. Por graça, (humor) também dizem que se o desejo da mãe não for satisfeito a criança pode nascer com a boca aberta. (PN, VVR)

Durante a gravidez era contra-indicado assistir a funerais, entrar em cemitérios ou ver mortos. (BAI, SAR)

Há décadas atrás nenhuma mulher dizia que andava grávida por ser crença comum que os filhos seriam mais bonitos se não revelassem a gravidez. (PN)

Parto: para facilitar e tornar mais rápido o parto era costume colocar um chapéu preto, de homem, em cima da cama onde a mulher estivesse a parir. (VVR, VER)

Diziam que quando uma criança nascia de oito meses não se criava por nascer no mês par (oitavo) e não no ímpar (nono). Esta crença era extensível aos restantes animais. (PN)

Mês (puerpério): durante a primeira metade dos trinta dias (mês) que se seguiam ao parto era costume as mulheres não se levantarem da cama. Na segunda metade, começavam a levantar-se mas nada faziam. Nem sequer apanhavam sol. Os filhos, por sua vez, passavam todo este tempo “enterrados” nos cobertores e com a cabeça coberta com um lenço. (PN, VVR)

No puerpério, a mulher só podia lavar a cabeça 40 dias após o parto, se o recém-nascido era do sexo masculino, ou 30 dias se era do sexo feminino. (PAL)

No puerpério a mulher ficava com o “corpo aberto” por um período de 30 ou 40 dias, conforme o recém-nascido era do sexo feminino ou masculino, respetivamente. A situação de “corpo aberto” era perigosa, pela indefesa da mulher aos espíritos. (BAI)

Inflamação uterina: chá de flor de alecrim. Se a inflamação for de forte intensidade está indicado o prolongamento deste tratamento durante seis meses. (GAV)

Abortivos: chá de mostarda. (VVR)

Chá de folhas de sena ou chá de goivos amarelos. Para que o efeito seja eficaz, não deve beber-se água, mas apenas o chá mencionado. (GAV)

Anticoncepção: quando não desejava ter mais filhos era costume o casal não dormir junto (ausência de relação sexual), ou praticar o coito interrompido. (PN e VVR)

Menstruação: quando as mulheres andam menstruadas não devem comer hortelã, nem mesmo mexer ou passar perto dela, de modo a evitar o toque nas pernas, sob perigo de deixarem de o ser. (BAI)

Durante a menstruação não se deve beber aguardente. (PN e VVR)

É crença que os lagartos se agarram às pernas das mulheres com a menstruação (PN)

Durante a menstruação, as mulheres não podem manusear as carnes para enchidos ou mesmo os ingredientes para a feitura do queijo, sob o risco de estragarem os produtos finais. (PN e VVR)

Durante a menstruação as mulheres não devem ir buscar azeitonas à talha.

Igual proibição era extensiva às mulheres grávidas “podiam ficar negras, com pano na cara”.

As mulheres com menstruação também não podiam ir à porta do forno, sob perigo de ficarem com pano na cara, nem comer alimentos crus temperados com vinagre, nem lavar o corpo, excepto, as mãos e a cara. Constava que ficavam doidas. E deviam evitar lidar com furões, porque estes animais excitam-se com o cheiro a sangue. (BAI)

Dor menstrual: está indicado o chá de palha centeia, retirada do interior da enxerga. (GAV)

É também aconselhado beber vinho quente com açúcar. (CIM)

Mamas: para que cresçam, às raparigas que as tenham pequenas, recomenda-se que as esfreguem com ortigas ou flor de carqueja. (BAI)

Problemas renais: chá de caroços de cereja preta. (GAV)

Dor de bexiga: chá de erva-cidreira ou chá de pés de cereja preta. (VVR)

Chá de barbas de milho. (PN e VVR)

Chá de alpista. (VPOU)

Mijar na cama (enurese tardia): quando se mija frequentemente na cama, sendo crescido, está indicado dar a comer ratos pequeninos fritos ao visado, guisados ou cozidos, depois de previamente esfolados. É óbvio que o visado não tem conhecimento do que come. (VVR e RTX)

Mijar na cama: entre crianças crê-se que quem o fizer mija para a Nossa Senhora. (BAI)

Diz-se entre crianças que quem mija na água nascem-lhe pedras no rim. (VVR)

Aparelho digestivo

Diarreia: beber vinho carrascão.

Misturar farinha triga com água fria até ficar uma papa fluida, juntando ou não uma casca de limão. Beber. Repetir a operação muitas vezes durante o dia. (VVR e RAB)

Dissolver uma colher de açúcar com um pouco de água, juntar uma gema de ovo, uma pinga de vinagre e mexer. Beber uma ou mais vezes por dia, até curar. (VER e VVR)

Chá da planta rabo-de-gato (BAI e VVR).

Chá de olhos de silva, chá de folhas de nogueira, chá de casca de amêndoa ou chá de baga de murta; se não houver baga da murta obtém-se o mesmo resultado com a folha do arbusto. Chá de casca de romã ou comer pão torrado. (GAV)

Beber a água obtida da fervura dos seguintes elementos: ervilhas em grão, leite ferrado (coagulado), bolotas e uma mão cheia de cevada. (GAV)

Chá de folhas de marmeleiro, chá de salva brava, chá de carrapato ou chá de cagarilha, sem açúcar. (VVR)

Chá da cabeça branca da erva dos cadeados. (VVR e VER)

Prisão de ventre: “cerejas, leite e salada é uma trovada armada”, expressão que desaconselha a junção destes três elementos por provocar diarreia. (RAB)

Ingerir uma colher de azeite de manhã ao levantar. (GAV)

Ferver benefe (tipo de erva), a malva e a erva do desinchaço e colocar as plantas sobre o abdómen, enquanto quentes. (GAV)

Colocar sobre o abdómen um pano molhado em água quente. Tanto quanto possível a água deve ser a da fervura do benefe, da malva e da erva do desinchaço. (GAV)

Estalar uma folha de couve e enquanto quente colocá-la sobre região abdominal. Esta operação tinha como função “amolecer os intestinos”. (GAV)

Dor de estômago: chá de erva de São Roberto. (GAV e VVR)

Chá de flor de carqueja com alecrim. (VVR)

Chá de suga-mel. (VPOU)

Cólica abdominal: chá de duas folhas de laranjeira e uma de limoeiro. Enquanto o chá está a ferver deita-se-lhe um pouco de azeite. (GAV)

Beber uma colher de azeite. (GAV)

Chá de casca de pepino, seca. (GAV)

Colocar sobre a região abdominal as tampas das panelas, bem quentes. (VER)

Chá de folha de laranjeira. (GAV)

Chá de erva-cidreira. (GAV e VPOU)

Chá de erva dos cadeados. (VER)

Chá de erva de São Roberto. (VVR)

Chá de flor de tília. (VPOU)

Chá de casca de romã. (VVR)

Untar a barriga com azeite (nas crianças). (VVR)

Defecar, dizem mesmo que é o remédio dos pobres. (RAB)

Aquecer a tampa de uma panela de ferro, embrulhá-la num farrapo untado e colocá-la sobre a região atingida. (CIM e BAI)

Dores tortas: dores abdominais que têm alguns recém-nascidos. Estas dores podem prolongar-se por vários dias. Funcionam como compensação das poucas dores que a mãe teve durante o trabalho de parto. (BAI)

Mal-estar gástrico e abdominal: colocar sobre o umbigo saliva ou uma gota de azeite morno. (BAI e SAR)

Beber azeite em jejum. (GAV)

Chá de marcela. (BAI, CIM e GAV)

Dor de fígado: chá de marcela. (BAI)

Chá de erva cidreira. (VVR)

Chá de flor de carqueja. (VPOU e VVR)

Chá de tília. (VVR)

Chá de hipericão. (VVR e VER)

Para vomitar (emético): chá de losna. (BAI)

Sensação de enfartamento: chá de suga-mel. (GAV)

Icterícia: chá de piolhos. (VVR e RAB)

Colite: chá de casca de pepino, previamente seca à sombra. (GAV)

Hemorróidas: fazer lavagens na região anal com água de malvas. (GAV)

Fazer lavagens na região anal com água onde se ferveu olhos de pinho. (GAV)

Fazer lavagens na região anal com água onde se ferveu favaca de cobre. (GAV)

Beber a água onde se ferveu a favaca de cobre, se possível. (GAV)

Comichão no ânus: nas crianças, era hábito untarem-lhe o cú com azeite. (MS e RAB)

Aparelho respiratório

Bronquite asmática: respirar o vapor de água obtido pela fervura das folhas de eucalipto. (VVR)

Três folhas de eucalipto (das pequenas), três olhos (dos vermelhos) de pinheiro e meio litro de mel. Ferver tudo, mas sem mais ingredientes (nem água) e tomar três vezes por dia, de manhã, ao meio-dia e à noite. (VC)

Picar cebola, bem picada, e juntar mel. Ingerir uma colher deste produto três vezes por dia. (BAI)

Tosse dos pulmões (tuberculose): chá de agrião (seco à sombra) adoçado com mel. Deve-se beber pelo menos ao levantar, ao deitar e se possível durante o dia. Este chá deve ser muito concentrado. Geralmente colocam-se dois litros de água a ferver com grande quantidade de agrião e deixa-se ferver até restar apenas um litro. (GAV)

Tosse convulsa: ferver em água olhos de pinheiro e juntar uma porção de aguardente e mel. Ferver novamente o produto obtido e bebê-lo às colheres. (VVR)

Abre-se a meio uma palma de figueira-da-índia (pela maior espessura), coloca-se no interior açúcar mascavado, unem-se novamente ambas as partes da folha, atam-se com um fio para não se abrirem e pendura-se a escorrer para dentro de um recipiente. Toma-se às colheres o produto recolhido. (VVR)

Chá de uma ou duas passas de ameixa, uma ou duas passas de figo e orégãos. Ferver tudo e ir beber a água. (VC)

Tosse: misturar uma colher de aguardente, uma colher de mel e uma colher de azeite. Beber o produto obtido. (MAL)

Chá de olhos de pinheiro. Para isso devem descascar-se os olhos do pinheiro (retirando a camada avermelhada que os reveste exteriormente). Tomar duas vezes por dia até passar a tosse. (VC)

Chá de olhos de silva, principalmente se a tosse é acompanhada de dor de garganta. (VC)

Fervem-se uns grãos de milho, de trigo, centeio, aveia e folhas de eucalipto, num litro de água, junta-se mel e bebe-se à colher ao longo do dia. (VER)

Chá de hortelã. (VER)

Junta-se a uma laranja, cortada em quartos, 125 gramas de açúcar mascavado e uma cerveja preta. Do produto obtido, bebe-se um cálice em cada manhã. (VVR)

Papas de linhaça. Pisa-se a linhaça num almofariz e junta-se água a ferver até possuir a consistência de papa. Depois põe-se no meio de um farrapo e coloca-se sobre o peito ou as costas. Este tratamento deve repetir-se duas vezes por dia. As papas de linhaça devem estar três, quatro ou cinco horas sobre o peito ou as costas. Este tratamento não se deve prolongar por muitos dias porque provoca fraqueza no paciente. A mesma linhaça pode ser utilizada várias vezes, basta para isso aquecê-la. (RAB e BAI)

Chá de flor de alecrim. (VPOU)

Infeções pulmonares: é recomendada a utilização de papas de linhaça (preparação já descrita). (MS)

Pneumonia: Chá de folha de eucalipto. (VPOU)

Catarral: massajar o corpo da pessoa doente com uma mistura de mostarda (planta), com aguardente canforada. (GAV)

Depois de ferverem dentro de uma caldeira os ingredientes que pretendem e onde o alecrim tem uma grande importância, tiram-se os elementos sólidos para dentro de um cesto. Com um cobertor faz-se uma espécie de tenda onde se coloca o doente com os ingredientes cheirosos. O doente só pode apanhar ar três dias depois da aplicação desta terapêutica. Este tratamento é utilizado nas grandes constipações e catarrais. Durante esta operação o doente transpira abundantemente e é conveniente estar presente outra pessoa para lhe limpar o suor, para que o mal não se volte a acumular no seu corpo. Depois, o doente agasalha-se, deita-se e bebe algo quente, mas que alimente, porque depois do suadoiro fica-se muito fraco.

Sistema ósseo-muscular e doenças reumáticas

Reumatismo: esfregar sobre a zona atingida alho pisado. (VVR)

Comer um dente de alho todos os dias em jejum. (RAB)

Ao deitar, esfregar a zona atingida com azeite ou álcool e tapar com uma flanela. (VVR)

Colocar pepino de S. Gregório em calda de aguardente ou álcool e massajar a área atingida com a essa calda. (GAV)

Aplicar, sobre a área atingida, o suco do esmagamento da cebola de albarrrã. Após a sua aplicação, cobrir imediatamente a área com um pano de pêlo (flanela). Durante o tratamento, na região a tratar, é bom sentir-se algo como picadas de abelha, é sinal que a dor está a sair. (GAV)

Para o suadoiro de areia deve-se usar-se areia do Tejo e para cada sessão é necessário meio alqueire de areia. Ferve-se a areia dentro de um caldeiro, escoase e estende-se sobre um panal no soalho da casa. O doente deve deitar-se sobre

esta areia quente e húmida. Está indicado fazer-se três tratamentos em nove dias. Para as pessoas debilitadas não está aconselhado este tipo de tratamento. (GAV)

Traumatismo / contusão: esfregar mostarda (planta) de mistura com aguardente canforada sobre a região afetada. (GAV)

Assar batatas fardadas (com pele), esmagá-las e amassá-las com aguardente forte. Enquanto ainda bem quentes devem ser colocadas sobre a região atingida. (GAV)

Amassar sêmeas com vinagre muito forte e aplicá-las sobre a área atingida. A mistura agarra-se muito bem a pele e não deve ser desagarrada, deve cair por si. (GAV)

Entorses e pés cansados: mergulha-se a região lesada numa solução de água e sal. A água deve estar bem quente e o sal deve ser novo. (RAB e MS)

Pulso aberto: aplicar marchunco. (GAV)

Dor lombar: aquecer um vassouro de trovisco, muitas vezes sobre brasas da porta do forno quando está acesso, e colocar sobre as costas. (CIM e BAI)

Torcido: num fio de vela (barbante) fazem-se sete nós. Ao dar-se cada nó reza-se um pai-nosso, uma ave-maria e uma salve-rainha. Deve saber-se aproximadamente o perímetro do lugar onde vai ser implantado o fio (para que não se corte pequeno ou demasiado grande). Depois oferecem-se estas rezas em “louvor de Santo António para que o fio tenha a bênção de melhorar”. Por fim, enrola-se e ata-se o fio ao lugar que está torcido (pescoço, pés, braços, etc.). Deve-se manter o fio no lugar até se ter recuperado completamente. O fio depois de utilizado não serve para novas utilizações. O visado não precisa estar presente no momento das rezas. (GAV)

Oração do torcido: “Carne quebrada / Nervo torto vai ao seu norte / Carne quebrada vai ao seu lugar / Nervo torto torna a soldar / Carne quebrada torna a teu lugar /

Nervo torto torna a soldar / Carne quebrada e nervo torto / É isso mesmo que eu coso”. Fazer no final sete cruzeiros sobre o lugar lesado. Nesta terapia o visado tem de estar presente. (VC)

Num fio de linhol, algodão ou barbante, dão-se sete nós. Mas antes de dar cada nó reza-se uma ave-maria e um pai-nosso. Assim, depois de se ter rezado as sete ave-marias, os sete pai-nossos e dado os sete nós, oferece-se tudo em louvor de “S. Cronel Benedito” por meio do nosso Senhor Jesus Cristo. No final, a pessoa que reza o torcido ata a barça onde o molestado tem a dor. (VVR)

Foro psiquiátrico⁵

Nervos: chá de tília. Dizem que a tília só tem efeito medicinal à segunda água. Isto é, ferve-se a primeira vez e deita-se fora a água. Deita-se novamente água na cafeteira e deixa-se ferver. É esta a segunda água. (VVR)

Chá de salva-brava. (VVR)

Chá da flor de laranjeira. (VVR e VER)

Chá de flor de alecrim. (VVR e VER)

Chá da espiga do trevo bravo. (VER)

Chá da flor de fel da terra. (VVR)

Chá da flor ou folhas de marmeleiro. (GAV)

Ógado: sopa de sete Marias. Para a fazer procede-se do seguinte modo: a madrinha da criança ógada vai pedir uma colher de sopa a sete crianças de nome Maria. Misturam-se todas as sopas e dá-se à criança três colheres da dita mistura de sopas. (VVR, GAV e RAB)

Há quem peça uma colher da farinha a sete crianças de nome Maria. Faz-se um bolo e a mãe ou a madrinha deita-o para detrás das costas. O animal que o comer é que fica com o mal da criança. (VVR, RAB e GAV)

Na Bairrada e em Cimadas (PN) em vez de deitarem o bolo para detrás das costas, dão-no a comer à criança. (BAI e CIM)

O ógado não tratado pode levar à morte.

Gaguez: prometiam um galo branco a São Gens das Moitas. (MS e RAB)

Prometiam um galo branco ao Santo André, de Santo André das Tojeiras. (RAB e MS)

Prometiam um ramo de cravos brancos à Senhora das Preces, de Benquerenças. (RAB e MS)

Faziam passar a criança pela meada galega. A meada galega era uma meada obtida a partir de linho galego. Havia dois tipos de linho: o galego e o mouro. (MS e RAB)

Situações clínicas diversas

Negra: besunta-se com fezes humanas. (BAI)

Esmagam-se bagas de erva-moura, colocam-se sobre a negra e apertam-se com um farrapo, ou então esfrega-se a baga sobre a negra. (BAI)

⁵ HENRIQUES, Francisco (1998) O louco e os outros, Açafa, 2, Associação de Estudos do Alto Tejo, Vila Velha de Ródão, p.227. HENRIQUES, Francisco (2008) Psicopatologia da criança no sul da Beira Interior (perspectiva etnológica), Açafa on line, 1, Associação de Estudos do Alto Tejo, Vila Velha de Ródão, p. 175.

Colocar sobre o local papas de linhaça (ver preparação em Aparelho Respiratório). (GAV)

Atravessa-se a negra pela base, com uma agulha enfiada de retrós (tipo de linha), furando-a assim de um lado ao outro. Retira-se a agulha e atam-se as duas pontas do retrós. A negra acaba por secar, porque o fio serve de dreno. (MS)

Furúnculo: ferver suga-mel e beber a água. (GAV)

Bojação: fura-se e aperta-se para sair o pus. (BAI)

Pico espetado: para retirar picos espetados em qualquer parte do corpo, deita-se um pingo de pez de sapateiro sobre o pico e a seguir arranca-se. O pez deve estar quente para agarrar. (GAV)

Picada (para amadurar): colocar sobre a zona um casco de cebola quente com um bocadinho de azeite. (GAV)

Colocar sobre o local uma folha de fava aquecida e untada com azeite. (GAV)

Colocar sobre o local uma folha de silva aquecida e untada com azeite. (GAV)

Quebrunco: colocar sobre o local papas de linhaça (ver preparação em Aparelho Respiratório). (GAV)

Lavagem e tratamento de feridas: lavar a ferida com água da fervura de marcelas com malvas. As lavagens deviam ser feitas de manhã e à noite, até curar. (CIM e BAI)

Ferida na cabeça: colocar sobre a ferida a mortalha de uma beata ou a raspa de um chapéu de pano. (GAV)

Úlcera, ferida e fogagem: está indicado lavar a lesão com água de malvas, cobrir com raspa de osso seco, de burro, e tapar com um pano. (VC)

Ferida infetada: bate-se a ferida com folhas de montão. As folhas acabam por puxar o pus. (VVR)

Tratamento e amaciamento de feridas, drenagem de fleimões e furúnculos: para todas estas situações clínicas estão indicadas as papas de linhaça (ver preparação em Aparelho Respiratório). (PN)

Tocar: para evitar que tal acontecesse era usual atar-se um qualquer tipo de fio à perna. (BAI)

Queimadura: está indicado rezar esta oração: O Lopra tinha três filhas / Uma queimou-se, outra escaldou-se / Outra andava no lume a arder / Procurava a Nosso Senhor / Que devia fazer. (VVR)

Paludismo: beber chá de erva cidreira, untar a região abdominal com azeite de candeia e colocar sobre a região oleada um pano de linho, porque o azeite é frio e o linho é quente. (GAV)

Falta de apetite: prometia-se um pão a São Gens das Moitas. O pão resultante deste tipo de ofertas era partido em fatias e dado aos pedintes. (MS)

Fortificante e substituto da alimentação: fervia-se uma mão cheia de trigo, uma mão cheia de cevada, uma mão cheia de milho e uma mão cheia de linhaça. Depois de tudo bem fervido devia beber-se a água duas ou três vezes por dia. Não se comia o cereal. Este tratamento era muito utilizado quando não se podia comer, ou se tinha muita febre. Servia para dar sustento às pessoas. (PN)

Colocam-se seis ovos em sumo de limão até o sumo comer a casca dos ovos. Depois junta-se um litro de vinho branco e vai-se bebendo diariamente esta mistura. (VVR)

Misturar uma cerveja preta com dois cálices de capilé. (VVR)

Emagrecimento: chá de suga mel. (GAV)

Morte: quando o doente começa a amarfanhar a roupa da cama acredita-se que terá morte próxima. (PN e VVR)

Sintomas – dor, febre, edema e inflamação

Dor de cabeça: chá de barbas de milho. (VVR)

Colocar sobre a testa rodela de batata embebidas em aguardente. (VVR e VER)

Colocar sobre a testa um pano embebido em água com vinagre. (VVR)

Dor de corpo: chá da espiga de trevo bravo. (VER)

Colocar sobre o local da dor uma pedra lousinha quente, untada com azeite e embrulhada num pano. (VER)

Dor muscular, reumatisal e abdominal: colocar sobre a região atingida sacos de areia quente. A areia deve ser aquecida dentro de uma caçoila que não tenha sido usada na preparação de alimentos. (GAV)

Febre: pisar bagas de erva-moura, misturar mostarda e colocar o produto obtido sobre os pulsos e na superfície plantar dos pés. (VER)

Chá da flor de fel da terra. (GAV)

Colocar panos de água fria sobre a testa. (VVR)

Nas doenças que provocam febre está indicado fazer “escalda pés”, que consiste em aquecer água (sem sal) e nela mergulhar os pés. A água podia chegar até meio das pernas. A temperatura devia ser até aguentar. Geralmente o escalda-pés fazia-se no quarto porque, logo depois, a pessoa deve deitar-se e não apanhar ar. (CIM, BAI, RAB e MS)

Inchaço (edema): colocar sobre a região afetada panos embebidos em água quente e onde se ververam rosas de albardeira. (VVR)

Ferver malvas e lavar o local do edema com a água obtida. As folhas colocam-se em cima do inchaço e são apertadas com um pano para não caírem. (GAV)

Há quem utilize, conjuntamente com as malvas, a erva do desinchaço. De resto, todas as operações são iguais. (GAV)

Esfregar unto-sem-sal no local do edema. (GAV)

Inflamação: papa de maçã. A papa de maçã obtém-se cozinhando muito bem o fruto, esmagando-o, retirando-lhe as sementes, e amassando-o com aguardente muito forte. Aplicar a papa obtida, enquanto quente, sobre a região afetada. (GAV)

Colocar papel pardo aquecido e untado com velas de sebo sobre a região afetada. (GAV)

Papas santas. As papas santas obtêm-se aquecendo leite com pão migado. Aplicar enquanto quente e em papa, sobre a região afetada. (GAV)

Mergulhar a lesada, principalmente se é um membro, numa solução de água e sal. A água deve ser bem quente e o sal não pode ter sido usado. (RAB)

Cobrante

Cobrante: colocar água num prato e ao seu lado uma candeia de azeite. Depois, diz-se três vezes o seguinte: “(Nome da pessoa com cobrante) / Se tens cobrante / Deus te crie / Deus te criou / Malvados os olhos / De quem para ti olhou.” Em seguida tiram-se com o dedo mínimo três pingos de azeite da candeia e deitam-se no prato. Com a mão faz-se uma cruz sobre o prato. Repete-se mais duas vezes a oração e o gesto de fazer a cruz com a mão. Vai-se rezando o credo em cruz

(cruzes por sobre o prato) e deita-se no prato uma pitada de sal. De seguida reza-se a seguinte oração: "Nossa Senhora quando pelo mundo andava / A uma porta foi pedir pousada / O pobre lha deu, o rico lha negava / Eu tiro de ti o cobrante / Com o corninho de uma cabra." Depois, observa-se o azeite: se estiver junto, o cobrante está fora; se estiver espalhado, a pessoa continua com cobrante.

Orações várias para tirar o Cobrante: "em virtude do Santo Nome de Jesus / Em nome da Santíssima Trindade / (nome da pessoa que tem cobrante) / Dois lho puseram, três lho tiraram / S. Pedro, S. Paulo e Senhora da Conceição / Assim como Jesus Cristo foi nascido em Jerusalém / Seja servido tirar o cobrante a quem o tem / (Nome da pessoa) / Se tem na cabeça que lho tire Santa Teresa / Se o tem no coração que lho tire S. João / Se tem no corpo que lho tire S. Diogo." (VVR)

"(Nome da pessoa) / Se tens cobrante / Quem to deu / Quem to daria / tirem-to Deus / E a Virgem Maria." Repete-se esta oração três vezes. (FRA)

"(Nome da pessoa) / Se to deitaram por diante / Tire-to pela frente S. Bento." Repete-se esta oração três vezes. (FRA)

"(Nome da pessoa) / Uma to deitou / Três to não-te tirar / São as três pessoas / Da Santíssima Trindade". (FRA)

"(Nome da pessoa) / Senhora do Pranto / Lhe tire este cobrante / E a cubra com o seu manto." Repete-se três vezes o credo em cruz e a oração acima referida. (FRA)

"Tu (nome da pessoa) que tens o cobrante / Três pessoas te vêm assassinar a malosa / Umas são para te deixar / Pelas cinco chagas de Jesus Cristo." A seguir reza-se o Pai-Nosso em cruz. (VVR)

"Oh! Deus Divino / Vinde em nosso auxílio / Livrai-nos dos espíritos maus / Mal de inveja, mulher feiticeira / E de mulher pragajedeira / Que este fumo que estou fazendo / Por Deus se afasta / Todo o mal que lhe foi deitado / Por caminho ou por estrada ou por mar / Quer de noite quer de dia / Andaremos guardados / Assim

como Jesus Cristo / No ventre da Virgem Maria." Esta oração tem de ser rezada em cruz ao mesmo tempo que se faz um defumadoiro. (VVR)

O cobrante é um mal de inveja; uma pessoa pode deitá-lo a outra sem se aperceber. Se for deitado por um homem o azeite fica que parece arrendado. Diz-se que o cobrante da lua é muito difícil de tirar. (FRA)

Cuidados de higiene e prevenção de doença

Prevenção de doença: esta indicado beber-se diariamente, em jejum, um copo de água morna: há quem a beba fria, mas o efeito terapêutico é superior se for quente. Tem como função a lavagem do estômago. (GAV)

Depilação: era relativamente frequente as mulheres chamuscarem os muitos cabelos das pernas com uma carqueja acesa. (BAI)

Higiene: para matar os percevejos era costume deitar-se água a ferver sobre os leitos e madeiras divisórias de compartimentos. Esta operação costumava fazer-se uma vez por ano. (CIM, BAI e RAB)

Debaixo do travesseiro costumava-se pôr folhas de feijão verde, para apanhar os percevejos, porque depois de se agarrarem às folhas já não se desprendiam. (CIM)

Bebedeira de aguardente: dizem que a bebedeira de aguardente faz andar uma pessoa para a retaguarda. (PN e VVR)

Lavagem da loiça: geralmente não havia muitos cuidados para a lavagem da loiça. Enquanto se jantava cozia-se a vianda para o porco. No final da refeição pegava-se no prato e mergulhava-se no caldeirão do porco, dava-se uma reviravolta com ele e deborcava-se na prateleira sobre uns ramos de pinho, ficando pronto a usar na refeição seguinte. (RAB, CIM e BAI)

Limpeza dos garfos: não era costume lavarem-se os garfos, assim como qualquer outro talher. Como os garfos eram de ferro, costumava-se ver e saber se a comida numa casa era bem temperada com gordura ou não porque, como os garfos eram unicamente limpos, os que tinham resíduos de azeite ou outra gordura não enferrujavam ao contrário dos restantes. (BAI)

Barrela: operações executadas no ribeiro - dentro de um grande coucho deitava-se água bem quente, a roupa, azeite dos queijos, urina humana e bosta de vaca. Balburdiava-se tudo e aguardava-se algum tempo (não muito); lavava-se a roupa com sabão, tinha-se especial atenção aos colarinhos; punha-se a corar; passava-se novamente toda a roupa por água; ensaboava-se a roupa novamente e vinha-se com ela para casa. Operações executadas em casa - punha-se a roupa toda acamada em cima uma da outra e cobria-se com o sarradoiro, por cima deste levava então cinza clara (de pinho ou azinho), alecrim, murta, mentraste, vertia-se água quente sobre estes elementos e ficava a aguardar até ao outro dia. Operações executadas no ribeiro – ia-se novamente com a roupa para o ribeiro, apresentando esta então uma tonalidade escura devido à cinza, mas depois da lavagem ficava excelente. As lavagens de roupa faziam-se o menor número de vezes possível. (RAB e MS)

Índice remissivo dos elementos terapêuticos

Abrunho: prisão de ventre.

Açúcar: constipação; estancar o sangue (hemostático); dor de garganta.

Açúcar Mascavado: constipação; tosse.

Agrião: constipação; tuberculose.

Água da chuva: cravos.

Aguardente: picada de escorpião; dor de cabeça; inflamação; tosse; tosse convulsa; reumatismo.

Aguardente (queimada): constipação.

Aguardente canforada: catarral; traumatismo /contusão.

Alcatrão (sabonete): sarna.

Álcool: dor de garganta; reumatismo

Alecrim (flor): nervos; inflamação uterina; tosse

Alecrim (em defumadoiro): constipação

Alho (pisado): reumatismo

Alho (dente): dor de ouvidos; dor de dentes

Alho (cordão ao pescoço): bichas.

Aliança (anel em oiro): treçolho.

Alpista: dor de bexiga.

Ameixa (passa): tosse convulsa.

Amêndoa (casca): diarreia.

Areia: dor reumatisal, muscular ou abdominal.

Aveia: tosse.

Azeite: sarna; dor de garganta; dor de ouvidos; prisão de ventre; indisposição gástrica; cólica abdominal; comichão no cú; tosse; reumatismo; picadas (para amadurar).

Azeite virgem: dor de ouvidos.

Barro: picada de abelha.

Batata: dor de cabeça; traumatismo / contusão.

Benefe: prisão de ventre.

Bolo: ogado.

Bolota: diarreia.

Botão de madrepérola: corpo estranho na vista.

Cabeça-del-rei: nervos.

Cadeado: diarreia; cólica abdominal.

Café: constipação.

Caganitas de cabra: papeira.

Cagarrilha: diarreia.

Capilé: fraqueza.

Carqueja (flor): doenças cardíacas; estômago; dor de fígado.

Carrapato: diarreia.

Catarinas (queimadas): cascarrão.

Cebola: bronquite asmática.

Cebola (cascos): picadas para amadurar; constipação; rouquidão.

Cebola albarrã: reumatismo.

Cenoura: constipação.

Centeio: tosse.

Cereja preta (pés): dor de bexiga.

Cereja preta (caroços): problemas renais.

Cerveja preta: fraqueza; tosse.

Cevada: diarreia; fortificante.

Chapéu de pano (raspa): ferida na cabeça.

Chapéu preto de homem: prato.

Cidreira: cólica abdominal; dor de bexiga; dor de fígado.

Cobertor vermelho: sarampo; brotoeja.

Coentros (semente): constipação.

Coito interrompido: anticoncepção.

Couve Ratinha (folha): papeira; dor de garganta; prisão de ventre.

Defumadoiro: constipação; cobrante.

Doce-lima: provoca doenças no sangue.

Enxofre: sarna.

Erva da constipação: constipação.

Erva do desinchaço: inchaço; prisão de ventre.

Erva-moura: negra; febre.

Erva de São Roberto: constipação; doença cardíaca; estômago; cólica abdominal.

Ervilha (grão): diarreia.

Escalda-pés: febre.

Escorpião: picada de escorpião.

Esteva: picada de abelha; estancar o sangue (hemostático).

Eucalipto (folha): bronquite asmática; tosse; pneumonia.

Faca (gume): picada de abelha.

Farelo (trigo): sarna; cascarrão.

Farinha triga: diarreia.

Fava (folha): picada para amadurar.

Favaca de cobre: hemorroidas.

Fel da terra: febre; nervos.

Fezes humanas: negra.

Figo (passa): constipação; anemia; tosse convulsa.

Figueira-da-índia (folha): tosse convulsa.

Fio: torcido; tocar; negra.

Galinha (banha): dor de garganta.

Goivos amarelos: abortivo.

Hortelã: bichas; tosse.

Laranja: tosse.

Laranjeira (folha): cólica abdominal; doença cardíaca.

Laranjeira (flor): nervos.

Leite: Inflamação; constipação.

Leite (coagulado): diarreia.

Leite (de mulher): dor de ouvidos.

Leite (de figueira): cravos.

Limão: constipação; diarreia; hipertensão; dor de garganta; fraqueza.

Limoeiro (folha): cólica abdominal.

Linhaça (papa): tosse; infeções pulmonares, negra; quebrunco.

Linhaça (grão): fraqueza.

Losna: para vomitar (emético).

Loureiro rosa: sarna.

Maçã (talhada): cravos.

Maçã (papa): inflamação.

Madeira (pó): polvilhar virilhas.

Malva: dor de ouvidos; prisão de ventre; inflamação na pele; hemorróidas; edema; lavagem e tratamento de feridas.

Marcela: dor de fígado; indisposição gástrica; lavagem e tratamento de feridas.

Marchunco: pulso aberto.

Marmeleiro (flor): doenças cardíacas; nervos; hipertensão.

Marrolho (folha): reumatismo.

Meada galega: gaguez.

Mel: papeira; constipação; dor de garganta; tosse; tosse convulsa; bronquite asmática.

Mel rosado: tortulhos na boca.

Milho (grão): tosse; fortificante.

Milho (barbas): dor de bexiga; dor de cabeça.

Moeda: treçolho.

Montão (folha): ferida infetada.

Mortalha de beata: ferida na cabeça.

Mostarda: abortivo; catarral; traumatismo / contusão.

Murta (folha): polvilhar virilhas, diarreia.

Murta (baga): diarreia.

Neveda (nefca): dor de dentes.

Nogueira: diarreia; hipertensão arterial.

Oiro: treçolho.

Oliveira (folha): hipertensão arterial.

Oliveira (ramo): aumento da resistência dos dentes.

Oração (cobrante): cobrante.

Oração (ave-maria): torcido.

Oração (pai-nosso): torcido.

Oração (queimadura): queimadura.

Oração (salve-rainha): torcido.

Oração (torcido): torcido.

Oregão: Tosse convulsa.

Ortiga: hematoma; mamas.

Oso (queixada de porco): papeira.

Oso (burro): úlceras; feridas e fogagens.

Ovo: fraqueza.

Ovo (amarela): diarreia.

Palha centeia (do colchão): dor menstrual.

Pano vermelho: tortulhos na boca.

Pão: inflamação.

Pão (torrado): diarreia.

Papel pardo: inchaço.

Pedra: corpo estranho na vista.

Pepino (casca): colite; cólica abdominal.

Pepino de S. Gregório: reumatismo.

Pericão: dor de fígado.

Perpétua (flor): constipação.

Perpétua (flor roxa): rouquidão.

Pez: picos espetados.

Pinheiro (olhos): hemorroidas; tosse; tosse convulsa; bronquite asmática; constipação.

Piolhos: icterícia.

Pipenela: constipação.

Poejo: constipação.

Ponche: constipação.

Promessa a São Bento: cravos.

Promessa a São Gens: cravos; falta de apetite; ogado.

Rabo-de-gato: diarreia.

Rato: dor de ouvidos, mijar na cama.

Romã (casca): diarreia, cólica abdominal.

Romãzeira (madeira de): bichas.

Rosa: olhos inflamados.

Rosa branca: olhos inflamados.

Rosa-albardeira: inchaço.

Rosmaninho: doenças do sangue.

Roupa interior de homem: sarampo.

Sal: dor de dentes; cravos.

Saliva: mal-estar gástrico e abdominal.

Salva brava: diarreia; nervos.

Sanguessuga: hematoma.

Sebo: inflamação.

Sêmeas: traumatismo / contusão.

Sena (folha): abortivo.

Silva (olhos): dor de garganta; diarreia; tosse.

Silva (folha): picada para amadurar.

Suadoiro (de alecrim): constipação.

Suadoiro (de areia): reumatismo.

Suga-mel: sensação de enfartamento; furúnculo; emagrecimento; dor de estômago.

Tampa de panela: cólica abdominal.

Tília: nervos; dor de fígado; dor abdominal.

Trovisco: dor lombar

Trevo-bravo: nervos; dor de corpo

Trigo: Tosse; fortificante.

Unto-sem-sal: papeira; dor de garganta; inchaço.

Urina humana: frieiras.

Uva (passa ou bago): constipação.

Vinagre: hematoma; diarreia; dor de cabeça; traumatismo / contusão.

Vinho branco: fraqueza.

Vinho carrascão: diarreia.

Xisto: dor de corpo.

Glossário breve

Amadurar: proporcionar - numa afeção geralmente do foro dermatológico - os meios ideais para o desenvolvimento do pus para posterior drenagem.

Assentar: compasso de espera que o chá ou café sofre após ter fervido e antes de ser ingerido ou vertido para as chávenas.

Azeite virgem: azeite obtido logo após o esmagamento da azeitona, antes mesmo do enceramento.

Barbas de milho: filamentos que fazem parte da maçaroca do milho.

Bichas: designação dos vários tipos de vermes intestinais.

Bojacao: infeção na superfície plantar de um pé, ocasionada por corpo estranho. Situação clínica muito frequente em crianças que andam descalças.

Brotoeja: erupção cutânea de aparecimento súbito acompanhada por intenso prurido.

Cabrita: pequeno tumor da esclerótica.

Cadieira: corrente de ferro sobre o lume na qual se prendiam as painéis.

Cascarrão: problema dermatológico, frequente na cabeça das crianças e caracterizado por uma espécie de caspa muito grossa e de partículas maiores.

Cebola albarrã: planta silvestre com bolbo em forma de cebola.

Cobrante: situação patológica, caracterizada principalmente por uma forte dor de cabeça na região frontal e provocada geralmente por um “mau olhado” ou, mais raramente, por um intenso bem querer, ou mesmo pela lua.

Cobrão: enfermidade vírica conhecida por *herpes zoster*.

Cravo: verruga de origem vírica.

Defumadoiro: método terapêutico que consiste na exposição e inalação de fumo de determinadas plantas.

Escalda-pés: terapia indicada nas doenças que produzem febre. Consiste em mergulhar os pés e mantê-los durante certo tempo na água quente.

Estalar: afogear; colocar a folha de uma planta (couve por exemplo) sobre o lume, até ficar mole, mas não queimada, apertando-a seguidamente entre as mãos.

Estar no mês: período de trinta dias de puerpério respeitado pelas mulheres.

Leite de figueira: seiva de figueira.

Negra: tipo de furúnculo que aparece geralmente na perna e terço inferior da coxa.

Ogado: conjunto de sintomas depressivos manifestados por uma criança.

Pano: cloasma gravídico.

Papeira: parotidite.

Pedra lousinha: placa de rocha metassedimentar.

Quebrunco: carbúnculo.

Rabico alçado: escorpião.

Rabo de gato: planta silvestre.

Rosa de albardeira: planta silvestre.

Sarradoiro: pano branco que cobria toda a roupa da barreira, sobre o qual se colocavam vários ingredientes e se vertia a água quente.

Suadoiro: método terapêutico que consiste na exposição do doente a temperatura elevada com atmosfera húmida, de modo a transpirar abundantemente.

Tocar: situação clínica frequente nas crianças e que consistia no atrito continuado (até ferir) de um artelho sobre o outro.

Torcido: conjunto de situações patológicas que têm por base a ação de uma força sobre os músculos ou os tendões.

Treçolho: terçol.

Tortulhos: sapinhos, monolíase.

Unto-sem-sal: banha de galinha.

Informantes

Adelaide Maria (VVR), António Pires Henriques (GAV), Emília Marques do Rosário (VVR), Esperança da Ressurreição (VVR), Fernando Pinto Carrilho (GAV), Ilda da Conceição (CIM), Guilhermino Pires Nogueira (GAV), Ilda Pires Ribeiro (VO), João Lobato Nogueira (ROS) João Louro Pereira (MAL), João Pereira Eduardo (SIM), Leonor Marques dos Santos (VVR), Luís Henriques (RAB), Lurdes do Rosário Carrilho (VVR), Manuel Pires Tavares (BAI), Maria Alice Gonçalves Duque (SAR), Maria dos Anjos M. T. Henriques (BAI), Maria Augusta de Assunção Marques (VVR), Maria do Carmo (MS), Maria do Carmo Cardoso (EG), Maria Cardoso Virtuoso (VVR), Maria da Conceição Ribeiro (GAV), Maria Helena Ribeiro Henriques (GAV), Maria de Lurdes Pereira (BAI), Maria de Lurdes Ribeiro (MS), Maria de Lurdes Tavares Pinto (VVR), Maria Mendes (VO), Maria Patrocínio da Graça (VVR), Maria Rosa (VVR) Maria Rosa Mota (GAV), Maria Ribeiro (MS), Maria Sabina Vitorino (VVR), Teresa Cardoso (RAB).