

Recetario médico-farmacológicos para el cuidado y el embellecimiento del cabello: fuentes árabes medievales

Ana María Cabo González (*)

(*) orcid.org/0000-0002-0197-3977. Área de Estudios Árabes e Islámicos. Universidad de Sevilla. acabo@us.es

Dynamis
[0211-9536] 2023; 43 (1): 31-48
<http://dx.doi.org/10.30827/dynamis.v43i1.28963>

Fecha de recepción: 24 de enero de 2023
Fecha de aceptación: 3 de marzo de 2023

SUMARIO: 1.—Introducción. 2.—Las fuentes. 2.1.—Al-Idrīsī. 2.2.—Abū l-Qāsim al-Zahrāwī. 2.3.—Abū l-‘Alā’ Zuhr. 2.4.—Ibn Zuhr. 2.5.—Ibn al-Bayṭār. 3.—Conclusiones.

RESUMEN: El cuidado y el embellecimiento del cabello forman parte de la tradición de todas las culturas y, a lo largo de la historia, los hombres y las mujeres se han preocupado por su aspecto, no solo desde el punto de vista estético sino también desde el punto de vista terapéutico. Un cabello sano indica una piel sana y, por lo tanto, un cuerpo sano. El trabajo que aquí presentamos recoge una colección de recetas de carácter médico-farmacológico destinadas al cuidado y el embellecimiento del cabello. Para ello, y partiendo de la *Materia Médica* de Dioscórides, obra de cabecera de la ciencia árabe, se han seleccionado una serie de fuentes árabes medievales de las que se han extraído dichas recetas. Los autores elegidos son: Al-Idrīsī, Abū l-Qāsim al-Zahrāwī, Abū l-‘Alā’ Zuhr, Ibn Zuhr e Ibn al-Bayṭār.

PALABRAS CLAVE: cabello, farmacología árabe medieval, fuentes árabes, medicina árabe medieval, recetarios.

KEYWORDS: hair, medieval Arabic pharmacology, Arabic information sources, medieval Arabic medicine, recipe books.

1. Introducción (*)

El cabello es una parte fundamental del cuerpo y tiene como objeto cubrir la cabeza y protegerla del frío y del calor. Es por eso por lo que desde tiempos inmemoriales el ser humano ha luchado siempre contra todas aquellas enfermedades que producen la caída del cabello¹.

Expuesta la función natural del pelo, pasemos a describir la importancia estética que tiene el mismo tanto en hombres como en mujeres, según las épocas y las modas y siguiendo, muchas veces, una simbología que, en ocasiones, ha derivado en obligación. Me refiero, especialmente, a las mujeres: en el periodo medieval, fundamentalmente, los cabellos deben ser largos porque es un símbolo de feminidad, pero también deben ir recogidos, porque es un símbolo de pudor, mientras que llevarlos sueltos y al aire es una provocación sexual. La mujer de al-Andalus seguía estos cánones de belleza y procuraba un cabello lustroso y abundante.

Por lo tanto, son muy numerosas las recetas que encontramos en los archivos destinadas a embellecer y fortalecer el pelo, y que eran muy bien conocidas por las mujeres de al-Andalus.

Actualmente, el cabello sigue teniendo una gran importancia dentro de la estética, y el símbolo de la feminidad sigue siendo directamente proporcional a la longitud del pelo.

Así pues, el hombre, en todas las culturas, se ha preocupado porque este elemento indispensable del cuerpo humano se mantenga sano y bello y, para ello, ha dedicado esfuerzo y conocimiento para luchar contra las

(*) Este trabajo forma parte del proyecto de investigación titulado Recetarios, Experimentación y ciencia. Los cuidados del Cuerpo en la Edad media y su aplicación en el siglo XXI, con referencia 1381195-R, financiado con Fondos Europeos de Desarrollo Regional (FEDER) y la Consejería de Economía y Conocimiento de la Junta de Andalucía. Igualmente, se ha llevado a cabo con una Ayuda para la Recualificación del Profesorado funcionario o contratado, financiado por la Unión Europea, en una estancia de investigación en el Instituto de Estudios Medievales y Renacentistas (IEMyR) de la Universidad de La Laguna (España).

1. Información detallada sobre las causas por las que se genera el pelo, las condiciones que han de darse para que esto ocurra, la importancia que tiene en cada una de las partes del cuerpo, la diferencia entre el pelo de los hombres, las mujeres y los niños, las desigualdades según las zonas geográficas, los tipos de pelo y su fortaleza, etc., las podemos encontrar en un interesante tratado árabe medieval: Ana M. Cabo-González, "Tratado sobre el pelo. Edición y traducción de un texto anónimo incluido en el manuscrito misceláneo n.º 888 de la Real Biblioteca del Monasterio de San Lorenzo de El Escorial", *Miscelánea de Estudios Árabes y Hebraicos* 64 (2015): 31-44.

enfermedades que generan la caída del cabello e, igualmente, para el embellecimiento de este. Este objetivo ha conducido al desarrollo de recetarios médico-farmacológicos destinados a tal fin.

En este trabajo presentamos una colección de recetas de carácter médico-farmacológico destinadas al cuidado y el embellecimiento del cabello, extraídas de las fuentes árabes medievales. Para ello, y partiendo de la *Materia Médica* de Dioscórides², obra de cabecera de la ciencia árabe, se han seleccionado una serie de fuentes árabes medievales de las que se han tomado dichas recetas.

Pedanius Dioscórides de Anazarba (m. 90) fue un médico griego, cuya obra, la *Materia Médica*³, fue muy difundida y conocida entre los árabes, quienes la tradujeron en época muy temprana, convirtiéndose desde el principio en la fuente principal de los conocimientos médicos, botánicos y farmacológicos de la ciencia árabe.

Así pues, cada una de las citas que aquí presentamos ha sido cotejada en la obra de Dioscórides, de manera que se pueda comprobar qué conocimientos farmacológicos se transfieren directamente desde esta composición a la literatura científica árabes, y qué otros son aportaciones propiamente árabes en materia de cuidado y embellecimiento del cabello.

2. Las fuentes

Para la confección del recetario que aquí presentamos hemos seleccionado obras de conocidos médicos y farmacólogos árabes medievales en las que se recogen recetas tanto para prevenir la caída del cabello, embellecerlo y alargarlo, como para teñirlo.

Los autores y las obras elegidas son los siguientes:

2. Sobre este autor y su obra, véase Carl Brockelmann, *Geschichte der Arabischen Litteratur* (Leiden: Brill, 1973-1942, 2 vols. y 3 vols. de suplementos), I, 206-7 2 y SI, 369-71; César E. Dubler, s.v. "Diyuskuridis", *Encyclopédie de l'Islam* (Leiden: Brill, 1960, 10 vols.), vol. II, p. 359; Charles C. Gillispie, *Dictionary of Scientific Biography* (New York: Charles Scribner's Sons, 1981, 16 vols.), vol. IV, 119-23; Fuat Sezgin, *Geschichte des Arabischen Schrifttums* (Leiden: Brill, 1967-84, IX Band), vol. III, 58-60, vol. IV, 314.
3. P. Dioscórides, *La materia médica. Estudios y traducción* (Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca, 2006, A. López et al.). Son varias las ediciones y traducciones que se han llevado a cabo sobre esta obra a lo largo de la historia, pero aquí se ha utilizado esta para el cotejo.

2.1. *Al-Idrīsī* (493/1099-1100)

Suele admitirse su nacimiento en Ceuta y su muerte en Sicilia⁴. Fue fundamentalmente conocido por su obra de geografía, pero también escribió una composición botánica, que es la que aquí nos interesa: el *Kitāb al- yāmi' li-ṣifāt aštāt an-nabāt wa-ḍurūb anwā' al-mufradāt* (*Libro compendio de la descripción de las diferentes plantas y las diversas especies de simples medicinales*)⁵, obra enciclopédica donde, siguiendo la tradición andalusí de los libros de materia médica, botánica y farmacológica, hace incursiones regulares en la lexicografía ofreciendo gran número de sinónimos. La disposición es alfabética, siguiendo, al nombre del encabezado, una descripción física del medicamento simple, un apartado de sinónimos en diferentes lenguas y, por último, la descripción los efectos terapéuticos de cada medicamento.

De esta composición hemos extraído las siguientes recetas:

Contra la caída del cabello

- Si con el aceite extraído de las flores del mirto se peinan los cabellos, se impide que estos se caigan. Si no tuviéramos estas flores, podríamos utilizar sus semillas mezcladas con aceite onfacino y cocido en él hasta extraer sus propiedades⁶.

-
4. Miguel Casiri, *Bibliotheca Arabico-Hispana Escorialensis* (Madrid: Antonio Pérez de Soto imprimebat, 1760-70, 2 vols.), vol. II, 13 y ss.; Lucien Leclerc, *Histoire de la médecine arabe* (Paris: Ernest Leroux, Edoteur, 1870, 2 vols.), vol. II, 65-70; Francisco Pons Boigues, *Ensayo bio-bibliográfico sobre los historiadores y geógrafos árabe-españoles. Obra premiada por la Biblioteca Nacional en el concurso público de 1893* (Madrid: Biblioteca Nacional, 1898), 231-240; Max Meyerhof, "Über die Pharmakologie und Botanik des arabischen Geographen Edrisi", *Archiv für Geschichte der Mathematik, der Naturwissenschaften und der Technik* 12 (1930): 45-53; "Die allgemeine Botanik und Pharmakologie des Edrisi", *Archiv für Geschichte der Mathematik, der Naturwissenschaften und der Technik*, 12 (1930): 225-236; Joaquín Bustamante Costa, "Al-Idrīsī", *Diccionario Biográfico Español*, vol. XXVII, 118-24.
 5. Reproducción facsímil Fuat Sezgin et al., *Al-Idrīsī (d. c. 1165). Kitāb al-Jāmi' li-ṣifāt aštāt al-nabāt wa-ḍurūb anwā' al-mufradāt / Compendium of the Properties of Diverse Plants and Various Kinds of Simple Drugs*. I-III (Frankfurt: Frankfurt am Main, Johann Wolfgang Goethe-Universität. Institut für Geschichte der Arabisch-Islamischen Wissenschaften, 1995).
 6. Dioscórides (1.112) apunta que la decocción del fruto del mirto o arrayán, exprimido y cocido, detiene la caída del cabello.

- Acederaque. Si se machacan sus hojas y sus ramas, se le extrae el jugo, y este se amasa con alheña, tiñe el pelo, impide que se caiga y lo alarga⁷.
- Boj. El serrín de madera de boj, amasado con alheña y aplicado en forma de emplasto sobre la cabeza, fortalece el cabello⁸.
- El culantrillo de pozo mezclado con ládano, aceite de mirto, de lirio o de hisopo y con vino, retiene la caída del cabello. Igual efecto tiene si se mezcla su decocción con agua de ceniza y se lava con ello el cabello⁹.
- Comer continuamente rábanos impide la caída del cabello, y si estos se mezclan con harina de ballico y se unta en emplasto sobre la cabeza, hace crecer el pelo en la zona afectada de alopecia¹⁰.
- Los cangrejos cocidos con ungüentos y usados en forma de cataplasma sobre el cabello, detienen su caída, lo alargan y los hermocean¹¹.
- Las hojas de la caléndula, una vez desecadas, molidas, cernidas, mezcladas con vinagre y untada esta pasta sobre el cabello, aprovecha contra la alopecia, haciendo crecer el pelo allí donde se ha perdido¹².
- Las cáscaras de las nueces quemadas, trituradas, mezcladas con vino y aceite de oliva y untada esa mezcla sobre las cabezas de los niños, mejora el cabello de estos y lo hace crecer¹³.
- La bilis del oso, mezclada con miel y pimienta, hace crecer buen pelo, y la grasa de este animal es buen remedio contra la alopecia, ayudando a crecer el cabello allí donde se ha perdido¹⁴.
- Si se coge una serpiente negra desollada, se pone en una tabla, se restriega bien su vientre con un cuchillo, luego se le corta la cabeza y cuatro dedos de cola, se pone en un caldero nuevo de alfarería con una libra de agua y otro tanto de aceite, se cuece a fuego de carbón hasta que se evapore el agua y quede un ungüento y luego se cuele

7. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

8. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

9. Dioscórides (4.134) comenta que la decocción del culantrillo de pozo mezclado con ládano, con aceite de mirto y de azucena o también con hisopo y con vino, retiene los cabellos caedizos.

10. Dioscórides (2.212) nos dice que la corteza de rábano mezclada con miel hace crecer el pelo en las calvas.

11. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

12. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

13. Dioscórides (1.125) apunta que las cáscaras quemadas de las nueces, majadas en vino y aceite, y aplicadas como ungüento a los niños, es embellecedora del cabello y cubre de pelo las calvas.

14. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

y guarda, es un buen remedio contra la alopecia; se dice que este unguento, al tocar la mano de cualquiera, le hace salir pelo¹⁵.

- La mirra, mezclada con ládano y aceite de mirto es muy buen remedio contra la caída del cabello, pues lo retiene¹⁶.

Para oscurecer el pelo

- Si los huevos de cigüeña se untan en el cabello y se dejan secar, cuando lavemos la cabeza, tendremos un cabello bellamente oscurecido¹⁷.
- La verbena machacada, exprimida y mezclada con cobre quemado y agallas, ennegrece el cabello¹⁸.
- Si amasamos dos adarmes de jabón junto con otro tanto de minio y la misma cantidad de cal apagada, conseguimos un excelente tinte que colorea las canas del tono de las algarrobas¹⁹.
- Las hojas de ciprés cocidas con vinagre, amasadas con alheña y untadas sobre el cabello, lo ennegrecen y retienen su caída²⁰.
- Si se mezclan una libra de amapolas con media libra de nueces verdes, se mete todo ello en una botella, se entierra esta en estiércol caliente durante dos semanas y, pasado este tiempo, se unta esta mezcla sobre el pelo, lo ennegrece. Si con esas mismas amapolas se llena un recipiente de vidrio en cuyo fondo se hayan puesto cuatro adarmes de cobre quemado y triturado, y encima de las amapolas otro tanto de cobre, se cierra la boca del recipiente y se entierra en estiércol durante tres semanas, cuando lo abramos, encontraremos que las amapolas se han convertido en un líquido de color negro que es un excelente tinte para el pelo²¹.

15. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

16. Dioscórides (1.64) escribe que la mirra, mezclada con ládano, vino y aceite de mirto, fortalece los cabellos caedizos.

17. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

18. Dioscórides no hace referencia exacta a esta receta, pero en el epígrafe 1.107 comenta que las agallas remojadas en vinagre o en agua, ennegrecen los cabellos.

19. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

20. Dioscórides (1.74) apunta que las hojas del ciprés majadas con vinagre tiñen los cabellos. Y en el epígrafe 1.95, entre las propiedades de la alheña, está la de teñir el cabello.

21. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

Para alisar el pelo

- Las cortezas de las raíces de los álamos maceradas en agua y mezcladas con alheña, alisan el pelo rizado cuando este lo lavamos con ello²².

2.2. *Abū l-Qāsim al-Zahrāwī (325/936-404/1013)*

Probablemente el médico y farmacólogo más conocido de al-Andalus, cordobés de Medina Azahara y considerado el gran renovador de la cirugía medieval²³. Su formación en las ciencias de la medicina y de la farmacología se desarrolló bajo el mecenazgo de ‘Abd al-Raḥmān III y de su hijo al-Ḥakam II. Son muy escasa las noticias que se tienen sobre su vida, salvo su continuada actividad como médico. Su única obra es el *Kitāb al-Taṣrīf li-man ‘aḥiza ‘an al-ta’līf* (*Guía de uso para quienes no disponen de las obras de medicina*), de la que se conservan alrededor de sesenta copias en árabe, varias traducciones al hebreo y otras tantas al latín. Esto nos lleva a concluir la gran repercusión que la obra hubo de tener en su época y en el resto del medioevo y comienzos de la modernidad.

Gerardo de Cremona en el siglo XII la tradujo al latín²⁴, lo que la convirtió en la obra de referencia para todas las escuelas médicas europeas.

La obra está compuesta por treinta secciones y, entre ellas, se encuentra un tratado de cosmética: *Un tratado de estética y cosmética en Abulcasis*²⁵. Un manual de cosmética, de carácter fundamentalmente farmacológico, sobre la fabricación de perfumes, drogas y remedios para el adorno y el embellecimiento del cuerpo. Recoge una gran variedad de recetas sobre la forma de preparación de ciento setenta y cinco remedios y preparados de cosmética y estética corporal. Está dividido en diez capítulos: los dos primeros dedicados al cabello, el tercero a las cejas y las pestañas, el cuarto al cuidado de la cara, el quinto a la boca (labios, encías y dientes), el sexto expone recetas contra la ronquera y la afonía, el séptimo son remedios para

22. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

23. Para la biografía y la obra de Al-Zahrāwī, véase *Biblioteca de al-Andalus* (Almería: Fundación Ibn Tufayl) vol. 7, 684-708; Carmen Peña *et al.*, "Corpus medicorum", *Awraq* 4 (1981): 83-4.

24. *Abulcasis methodus medendi cum instrumentis ad omnes fere morbis depictes* (Venecia, 1497, también en 1499, 1500, 1506, 1530, 1531, en Estrasburgo en 1532 y en Basilea en 1541).

25. María Luisa. Arvide Cambra, *Un tratado de estética y cosmética en Abulcasis* (Granada: Grupo Editorial Universitario, 2010).

el cuidado de las manos, el octavo a combatir el mal olor de las axilas, de las partes íntimas del cuerpo y de los sistemas de depilación, el noveno está dedicado los remedios beneficiosos para los senos de las mujeres y los testículos de los hombres y el décimo a las partes íntimas femeninas y sus órganos sexuales²⁶.

Como podemos observar, el tratado es muy completo, y abarca todas las partes del cuerpo tanto de hombres como de mujeres.

Es de este tratado del que extraemos las recetas que aquí proponemos:

Contra la caída del cabello

- Coges la cantidad que quieras de ládano y la maceras en vino de agallas durante un día y una noche; luego, lo machacas en un mortero junto con aceite de mirto y vino hasta que tenga la textura de la miel²⁷.
- Coges diez bayas de enebro y las mismas porciones de ládano y de ajeno. Machaca todo eso, lo lías en un envoltorio y lo maceras en aceite durante seis o siete días; después, lo aplicas sobre la cabeza²⁸.
- Coges arcilla y la maceras en vino de agallas o en arroje de moras frescas, añade un poco de beleño machacado, amásalo todo y con ello haces pastillas. Déjalas secar a la sombra y, luego, las guardas y, cuando necesites emplearlas, las maceras en agua y te aplicas el preparado sobre la cabeza, dejándolo actuar hasta que se seque. A continuación, te lavas la cabeza. Haz eso una vez cada cinco días²⁹.
- Coges ládano, lo machacas con aceite de oliva y vino dulce, y lo aplicas en capas sobre la cabeza limpia y previamente lavada³⁰.

Para oscurecer el cabello

- Se coge un poco de verdín y se seca en el horno. También se cogen hojas de acelga y se secan a la sombra. Se tritura cada cosa por separado. Luego, se toma jugo de hojas de acelgas y jugo de hojas de mirto, se

26. *Ibidem*, p. 37-47.

27. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 59. Dioscórides (1.97.3) dice que el ládano detiene la caída del pelo si se mezcla con vino.

28. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 59. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

29. Arvide, *Un tratado de estética*, pp. 59-60. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

30. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 60. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

mezclan ambos, se le añade una parte de acelga y de otra de verdín, previamente machacado, y se aplica en capas sobre el cabello blanco y se deja actuar toda la noche tapado con hojas de acelga hasta la mañana siguiente y, entonces, se lava³¹.

- Coges una coluquintida amarilla, ahuecas su cabezuela y tiras la pulpa; luego, la rellenas de aceite de jazmín de Arabia, lo tapas y lo pones al fuego hasta que hierva. Entonces, lo retiras del fuego y lo aplicas sobre el cabello³².
- Coges alheña molida de buena calidad y la bates con agua hasta quedar fina. A continuación, tomas un buen vinagre, si es posible de uva negra, viertes un poco en la mezcla, lo pones en un alambique y lo destilas. Con las gotas que suelta, te tiñes las canas durante tres días y, ciertamente, el cabello se pondrá negro³³.
- Se trituran cáscaras de nueces verdes tiernas, se mezclan con aceite de sésamo, se coloca en un recipiente y se aplica sobre el cabello³⁴.
- Se cogen tres onzas de jugo de cáscara de nuez verde y seis onzas de jugo de bellota verde. Se la añade una porción de vino aromático bueno y se pone al fuego hasta que mermen sus dos terceras partes y quede un tercio. Luego, se cuele y se le añade una onza de vitriolo machacado. A continuación, se vierte sobre la mezcla un poco de aceite de oliva y se aplica cada día³⁵.

Para protege, dar brillo y embellecer el cabello

- Se cogen cuatro onzas de hojas de espina de Cristo, una onza de agallas sin perforar, un cuarto de onza de hojas secas de sauce, dos onzas de zumaque, tres onzas de hojas secas de manzano y catorce onzas de aceite de oliva. Se machaca todo, se amasa con vino fuerte de pasas, se mezcla con el aceite y se aplica³⁶.

31. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 55. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

32. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 55. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

33. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 55. Dioscórides (1.95) comenta que las hojas majadas de la alheña, remojadas en el jugo de la saponaria y aplicada en forma de ungüento, tiñe de rubio los cabellos.

34. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 55. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

35. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 56. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

36. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 60. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

- Se coge una onza de hojas de ciprés, una de flor de granado, una de mirto seco, una de poleo montano seco, una de hojas secas de manzano, una de hojas de sauce, una de hojas de olivo, una de hojas de acelga, media onza de ajeno, media de culantrillo de pozo, media de malvavisco, media de cedoaria, media de cardamomo y media de sabina. Se mezcla todo y se cuece a fuego lento en siete libras de agua y tres libras de aceite de sésamo aromático, hasta que el aceite alcance la textura y la consistencia de los medicamentos, y el agua se haya consumido; entonces, se aparta, se deja enfriar hasta estar templado, se cuela en un recipiente de vidrio y se aplica sobre el cabello con asiduidad³⁷.
- Coges dos onzas de hojas de mirto verde, una onza de poleo montano, una de hojas secas de olivo, una de agallas sin perforar, una de zumaque, una de flor de granado, una de hojas secas de sauce, media onza de nardo índico y media de hojas de terebinto. Se mezcla todo, se cuece a fuego lento en seis libras de agua y dos de aceite de oliva hasta que se evapore el agua. Después, se cuela, se envasa en botellas y se aplica sobre el cabello con asiduidad³⁸.

Para rizar el cabello

- Es bueno todo remedio astringente como las hojas de algarrobo, de olivo, la espina de Cristo, la cáscara de granado, las hojas de mirto, las agallas y cosas similares³⁹.
- Se cogen cáscaras de piñones, se queman, se machacan bien con aceite de mirto hasta que tenga la textura de la miel y se aplica por toda la cabeza, embadurnando completamente el cabello, por la mañana y por la noche⁴⁰.
- Se mezcla harina de alholva, semilla de marrubio, semilla de beleño blanco, hojas de espina de Cristo, agallas, cal viva y almártaga, se amasa con agua de mirto o agua y vinagre y, después de lavarse la cabeza, se aplica por todo el cabello⁴¹.

37. Arvide, *Un tratado de estética*, pp. 60-1. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

38. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 62. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

39. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 64. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

40. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 64. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

41. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 64. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

- Se cogen agallas y culantrillo de pozo, se machaca con agua de mar hasta que tenga la textura de la miel y esta mezcla se esparce sobre la cabeza, dejando actuar el preparado durante dos días. Entonces, se enjuaga el cabello con agua caliente, se seca y, a continuación, se aplica aceite de mirto⁴².
- Se cuecen agallas en vinagre y con este te enjuagas la cabeza⁴³.

Para alisar el cabello

- Lávese asiduamente la cabeza con mucílago de raíz de malvavisco o mucílago de zaragatona o mucílago de alholva o mucílago de semilla de lino. Tienen las mismas propiedades las hojas de sésamo, la clara de huevo, la cocción de cebada, el mucílago de semilla de membrillo y el mucílago de semilla de maro, tanto solos como mezclados⁴⁴.
- Conviene que la persona que quiera alisarse el pelo esté bastante descansada y bien alimentada; entonces, cogerá una libra de mucílago de raíz de malvavisco, le añadirá la misma cantidad de aceite y lo aplicará varias veces sobre el cabello. Ciertamente, esto se lo alisa⁴⁵.
- Se cuecen cohombros con cebollas peladas y alholva, se filtra, se amasa con aceite de violeta y se aplica sobre la cabeza. Luego, se aclara varias veces con agua⁴⁶.

2.3. *Abū l-‘Alā’ Zuhr (525/1130-1)*

Debió nacer en Denia o sus alrededores, no sabemos la fecha (segunda mitad del siglo XI) y murió en Córdoba, aunque fue enterrado en Sevilla⁴⁷.

42. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 64. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

43. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 64. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

44. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 63. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

45. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 63. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

46. Arvide, *Un tratado de estética*, p. 64. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

47. Cristina Álvarez Millán, *El Kitāb al-Muḡarrabāt de Abū l-‘Alā’ Zuhr. Edición, traducción y estudio*, tesis doctoral (Madrid: Universidad Complutense, 1993); "Abū l-‘Alā’ Zuhr y la farmacia", *Historia de la Farmacia Valenciana* (Valencia: Borgino, 1994), 39-50; "Las traducciones latinas atribuidas a Abū l-‘Alā’ Zuhr", *Anaquel de Estudios Árabes* 5 (1994): 11-17; Cristina Álvarez Millán, "Actualización del corpus médico-literario de los Banū Zuhr", *Al-Qantara* XVII/1 (1995): 173-180; "Abū l-‘Alā’ Zuhr", *Enciclopedia de la Cultura Andalusí. Biblioteca de al-Andalus* (Almería: Fundación Ibm Tufayl, vol. VI (2004-2012): 340-350.

Fue el padre y el maestro del reconocido médico Avenzoar y uno de los componentes de la esa importantísima saga de médico andalusíes. Tuvo una destacada actividad política y, como médico, es autor de algunas obras, entre las que debemos destacar *El Kitāb al-Muḡarrabāt*⁴⁸, que recoge su práctica médica diaria y su afición por la farmacología.

Es de esta obra de la que tomamos los ejemplos que a continuación exponemos:

Para oscurecer el pelo

- Se machaca clavo y se macera durante una noche en agua dulce hervida. Luego, se exprime bien, se filtra y se amasa alheña con ese jugo y con una octava parte de su peso de nuez de agalla machacada. Con esta pasta se envuelve la cabeza durante toda la noche y se lava por la mañana. Esto tiñe el pelo de un hermoso color entre rojizo y negro⁴⁹.
- Se toma una onza de mirobálano embélico, se tritura y se cuece en un arrelde de agua con cáscara de granada hasta que se evaporen dos terceras partes. Se filtra, se disuelve en esta agua arcilla y se unta sobre la cabeza. Se deja durante un rato y, después, se lava⁵⁰.
- Se coge una parte de agua de serpol y otra de mejorana. Se mezclan y se amasa alheña con ellas. Se envuelve la cabeza con esta masa y se deja. A continuación, se lava el pelo con agua caliente⁵¹.

2.4. *Ibn Zuhr (483 H. / 1091 C. - 557 H. / 1161-1162 C)*

El Avenzoar para los latinos perteneció a una conocida familia de médicos en al-Andalus⁵². Su vida transcurrió principalmente entre Sevilla y Marrakech, primero al servicio de la dinastía almorávide y, más tarde, de la almohade.

48. Abū l-'Alā' Zuhr, *Kitāb al-Muḡarrabāt*, edición, traducción y estudio por C. Álvarez Millán (Madrid, CSIC, 1994).

49. Receta n.º 89, p. 115. Dioscórides no hace referencia exacta a esta receta, pero en 1.107, al hablar de la agalla, hace referencia a que, remojadas en vinagre o agua, ennegrecen el cabello.

50. Receta n.º 91, p. 115. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

51. Receta n.º 92, p. 115. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

52. Gabriel Colin, *Avenzoar, sa vie et ses oeuvres* (París: Maxtor France, 1911); Henri Paul Joseph Renaud, "Trois études d'histoire de la médecine en Occident. II: Nouveaux manuscrits d'Avenzoar", *Hesperis-Tamuda*, XII.1 (1931): 91-105; Abdelmalik Faraj, *Relations médicales hispano-maghrébines*

Son muchas las composiciones que se le atribuyen, entre ellas, un tratado médico, el *Kitāb al-Iqtiṣād* (*Libro del justo medio*); el *Kitāb al-Taysīr*⁵³, un tratado de patología y terapéutica traducido al latín en 1281 por Juan de Capua, que sería empleado como libro de texto en las universidades medievales y renacentistas europeas junto con el *Canon* de Avicena y objeto de, al menos, diez impresiones entre 1490 y 1576 y, finalmente, la obra que nos interesa, el *Kitāb al-Agdiya wa-l-adwiya* (*Libro de los alimentos y medicamentos*)⁵⁴.

Esta composición de carácter dietético trata los alimentos adecuados para cada época del año: los cereales, las leguminosas, los frutos secos y los platos elaborados con ellos, las diversas carnes, su preparación y sus derivados, la leche y los preparados lácteos, los pescados, los moluscos y la forma de prepararlos, las frutas, las verduras y los condimentos, recetas para conservar alimentos, así como recetas farmacéuticas y de higiene.

De esta obra hemos tomado las siguientes recetas:

Para proteger, dar brillo y embellecer el cabello

- Los cabellos crecen y se conservan si se frotran con hojas de añil; la alheña y el aceite dulce de oliva producen este mismo efecto.
- Si se cuece acederaque en agua hasta que se resquebraje un poco, después se filtra este cocimiento y se le añade una cantidad semejante de aceite de oliva, volviéndolo a cocer hasta que se consuma el agua,

au XII^e siècle (París, 1935); Rosa Kuhne Brabant, *El Kitāb al-Iqtiṣād de Avenzoar, según el ms. n.º 834 de la Biblioteca del Real Monasterio de El Escorial* (Madrid: Gráficas Córdor, 1971); "Avenzoar y la cosmética", *Orientalia Hispánica sive studia F. M. Pareja octogenario dicata* (Leiden: Brill, 1974), vol. I, 428-437; "Zīna e iṣlāḥ. Reflexiones para entender la medicina estética del joven Abū Marwān b. Zuhr", *Al-Andalus Magreb* 4 (1996): 281-298; "La medicina estética, una hermana menor de la medicina científica", *La Medicina en al-Ándalus* (Granada: El Legado Andalusi, 1999): 197-207; Carmen Peña Muñoz y Fernando Girón Irueste, "Aspectos inéditos en la obra médica de Avenzoar: el prólogo del *Kitāb al-Taysīr*", *Miscelánea de Estudios Árabes y Hebraicos*, XXVI/1 (1977): 103-116; Carmen Peña, "Capítulo del bazo en el *Kitāb al-Taysīr* de Avenzoar", *Awraq* 4 (1981): 131-142; Cristina Álvarez Millán, "Actualización del corpus médico-literario de los Banū Zuhr", *Al-Qantara*, XVI.1 (1995): 173-180; Cristina de la Puente, *Avenzoar, Averroes, Ibn al-Jaṭīb. Médicos de al-Ándalus. Perfumes, ungüentos y jarabes* (Madrid: Tres Cantos, 2003) 19-56; Rosa Kuhne Brabant, Cristina Álvarez Millán, Expiración García Sánchez, "Ibn Zuhr, Abū Marwān 'Abd al-Malik", *Biblioteca de al-Andalus*, vol. VI (Almería: Fundación Ibn Tufayl, 2009): 352-368.

53. Ed. de Misil Juri, Dimasq, 1983 y ed. de M. b. 'Abdallah al-Rawdāni, Rabat, 1991

54. Ed., trad. y estudio por Expiración García Sánchez, *Kitāb al-Agdiya* (*Tratado de los alimentos*) (Madrid: CSIC, 1992).

y se peinan los cabellos con este aceite, se conservan sanos. Si a esta mezcla se le añade un poco de ládano, resulta más eficaz⁵⁵.

2.5. *Ibn al-Baytār (1180-1248)*

Uno de los botánicos y farmacólogos más importantes de la historia de la ciencia arabo-musulmana nació al final de la segunda mitad del siglo XII en la provincia de Málaga, posiblemente en Benalmádena y, según al-Maqqarī, murió en Damasco como consecuencia, al parecer, de haber tomado, por error, un veneno mortal mientras llevaba a cabo su proceso de constatación de las propiedades del mimo, en los últimos días del mes de octubre o los primeros de noviembre del año 1248⁵⁶.

Nos vamos a centrar en su obra médica: el *Mizān al-ṭabīb (La balanza del médico)*, una composición dividida en ochenta capítulos, ordenada, de forma descendente, desde la cabeza hasta los pies, siguiendo el orden de cada uno de los órganos del cuerpo y las enfermedades que estos pueden padecer. De esta obra solo se conoce una copia manuscrita, que se conserva en la Universidad de Uppsala (Suecia)⁵⁷.

Contra la caída del cabello

- En cuanto a los medicamentos que hacen crecer el pelo, se encuentran todos aquellos que tienen viscosidad y se deben tomar en el almuerzo. Por ejemplo, se coge mucilago de alholva y de membrillo, semilla de algodón y cebada sin cáscara, se cuece todo, se filtra y se le añade un poco de llantén y de vinagre⁵⁸.

55. *Ibidem*, 139-140. Dioscórides no hace referencia alguna a estas recetas.

56. Sobre este autor y su obra, véase Carl Brockelmann, *Geschichte der Arabischen Litteratur* (Leiden: Brill, 1973-1942, 2 vols. y 3 vols. de suplementos), vol. I, 492, Sl, 896-97; Ana María Cabo-González, "Ibn al-Baytār", *Enciclopedia de la cultura andalusí. Biblioteca de al-Andalus* (Almería: Fundación Ibn Tufayl, 2009), vol. II, 619-24; Charles C. Gillispie, *Dictionary of Scientific Biography* (New York: Charles Scribner's Sons, 1981, 16 vols.), vol. I, 538-39.

57. Se trata del Ms. n.º 351 de la Universitetsbibliotek. Ana María Cabo-González, "El *Kitāb Mizān al-ṭabīb* de Ibn al-Baytār. Descripción del único manuscrito conservado y contenido de la obra", *Folia Orientalia* 56 (2019): 95-112.

58. Folio 8v. Dioscórides (2.102) dice que el jugo exprimido de la alholva cocida en agua es deterativo para los cabellos, caspas, descamaciones; y que su aceite, mezclado con mirto, limpia los cabellos.

- Las hojas de sésamo trituradas y aplicadas en el pelo lo hacen crecer⁵⁹.

Para oscurecer el cabello

- Una receta consiste en untar el cabello con brea y esperar cuatro horas, después de lavarlo se habrá ennegrecido extraordinariamente⁶⁰.
- Más fuerte que esto es la agalla quemada y mezclada con aceite de oliva en un recipiente de barro hasta que ennegrezca⁶¹.

Para proteger, dar brillo y embellecer el cabello

- Para el tratamiento del pelo quebradizo y que se rompe ha de aplicarse a diario aceite de rosas y de oliva o agua con cualquier aceite de que se disponga. Si eso no es suficiente, lávese con mucílago de membrillo o de semilla de algodón o bien con clara de huevo. En el tratamiento de las quemaduras del pelo, son suficientes los garbanzos, y lo más efectivo es lavarlo una vez cada tres días con garbanzos triturados y mezclados con malvavisco silvestre y vinagre⁶².
- El aceite de arrayán es maravilloso, pues embellece y ennegrece el pelo: se coge arrayán fresco, se machaca, se exprime su jugo y se cuece en aceite. A continuación, se pone en remojo en abundante agua y se deja hervir hasta consumirla. Después, se deja enfriar y se vuelve a hervir hasta que no quede sino el aceite⁶³.

3. Conclusiones

Como hemos podido observar a lo largo de este trabajo, las obras médicas y farmacológicas árabes medievales contienen, entre sus páginas, información detallada y científica sobre los cuidados del cuerpo, en general, y del

59. Folio 8v. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

60. Folio 9r. Dioscórides no hace referencia alguna a esta receta.

61. Folio 9r. Dioscórides (1.107) dice que la agalla remojada en vinagre o agua ennegrece el cabello.

62. Folio 8v. Dioscórides no hace referencia exacta a esta receta, pero en el epígrafe 1.107 al tratar las agallas, comenta que, si estas se remojan en vinagre o en agua, ennegrecen los cabellos.

63. Folio 8v. Dioscórides (1.112) dice que el mirto o arrayán tiñe los cabellos.

cabello en particular, tanto para protegerlo como para embellecerlo. Los aceites prensados de las semillas de las plantas, los cocimientos de determinados vegetales, los mucílagos extraídos de matas o sustancias gomosas, las cáscaras de frutos hervidas, los jabones, etc., conforman los elementos básicos para la confección de tintes, protectores capilares, abrillantadores del cabello, tratamientos contra la alopecia o para alisar o rizar el pelo. Muchas de estas recetas siguen vigentes en la actualidad y continúan utilizándose en los centros de belleza. En cuanto a la aportación que los árabes hacen a estas materias, puede verse fácilmente en el cotejo que muchas de las recetas que hemos recogido en este trabajo no aparece en la *Materia Médica* de Dioscórides, lo cual nos lleva a concluir que esas recetas forman parte de la ingente contribución con la que los árabes colaboraron en la historia de la medicina y de la farmacología. ■

Bibliografía

- Abū l-‘Alā’ Zuhr. *Kitāb al-Muḡarrabāt*. Edición, traducción y estudio por C. Álvarez Millán. Madrid: CSIC, 1994.
- Álvarez Millán, Cristina. “Abū l-‘Alā’ Zuhr y la farmacia”. En *Historia de la Farmacia Valenciana*. Valencia: Borgino, 1994, 39-50.
- Álvarez Millán, Cristina. “Las traducciones latinas atribuidas a Abū l-‘Alā’ Zuhr”. *Anaquel de Estudios Árabes* 5 (1994): 11-17.
- Álvarez Millán, Cristina. “Actualización del corpus médico-literario de los Banū Zuhr”. *Al-Qantara* XVI/1 (1995): 173-180.
- Álvarez Millán, Cristina. “Actualización del corpus médico-literario de los Banū Zuhr”. *Al-Qantara* XVI.1 (1995): 173-180.
- Álvarez Millán, Cristina. “Abū l-‘Alā’ Zuhr”. En *Enciclopedia de la Cultura Andalusí. Biblioteca de al-Andalus*. Almería: Fundación Ibn Tufayl, vol. VI (2004-2012): 340-350.
- Arvide Cambra, María Luisa. *Un tratado de estética y cosmética en Abulcasis*. Granada: Grupo Editorial Universitario, 2010.
- Brockelmann, Carl. *Geschichte der Arabischen Litteratur*. Leiden: Brill, 1973-1942, 2 vols. y 3 vols. de suplementos.
- Bustamante Costa, Joaquín. “Al-Idrisi”. En *Diccionario Biográfico Español*, vol. XXVII, 118-24.
- Cabo-González, Ana María. “Ibn al-Bayṭār”. En *Enciclopedia de la cultura andalusí. Biblioteca de al-Andalus*. Almería: Fundación Ibn Tufayl, 2009, vol. II, 619-24.
- Cabo-González, Ana M. “Tratado sobre el pelo. Edición y traducción de un texto anónimo incluido en el manuscrito misceláneo n.º 888 de la Real Biblioteca del Monasterio de San Lorenzo de El Escorial”. *Miscelánea de Estudios Árabes y Hebraicos* 64 (2015): 31-44.

- Cabo-González, Ana María. "El *Kitāb Mizān al-ṭabīb* de Ibn al-Bayṭār. Descripción del único manuscrito conservado y contenido de la obra". *Folia Orientalia* 56 (2019): 95-112.
- Casiri, Miguel. *Bibliotheca Arabico-Hispana Escorialensis*. Madrid: Antonio Pérez de Soto imprimebat, 1760-70, 2 vols.
- Colin, Gabriel. *Avenzoar, sa vie et ses œuvres*. París: Maxtor France, 1911.
- Cremona, Gerardo de. *Abulcasis methodus medendi cum instrumentis ad omnes fere morbis depictes*. Venecia, 1497, también en 1499, 1500, 1506, 1530, 1531, en Estrasburgo en 1532 y en Basilea en 1541.
- Dioscórides, Pedanio. *La materia médica. Estudios y traducción*. Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca, 2006.
- Dubler, César E. "Diyuskuridis". En *Encyclopédie de l'Islam*. Leiden: Brill, 1960, 10 vols., vol. II, p. 359.
- Faraj, Abdelmalik. *Relations médicales hispano-maghrébines au XII^e siècle*. París, 1935.
- Gillispie, Charles C. *Dictionary of Scientific Biography*. New York: Charles Scribner's Sons, 1981, 16 vols.
- Ibn Zuhr. *Kitāb al-Taysīr*. Ed. de Misil Juri, Dimasq, 1983 y ed. de M. b. 'Abdallah al-Rawdani. Rabat, 1991.
- Ibn Zuhr. *Kitāb al-Agḍiya wa-l-adwiya (Libro de los alimentos y medicamentos)*. Ed., trad. y estudio por Expiración García Sánchez. Madrid: CSIC, 1992.
- Ibn Zuhr. *Le traité médical Kitāb al-Taysīr par Ibn Zuhr de Séville*. Texte traduit, présenté et annoté par Fadila Bouamrane. París: Librairie Philosophique J. Vrin, 2010.
- Kuhne Brabant, Rosa. *El Kitāb al-Iqtisād de Avenzoar; según el ms. n.º 834 de la Biblioteca del Real Monasterio de El Escorial*. Madrid: Gráficas Cónдор, 1971.
- Kuhne Brabant, Rosa. "Avenzoar y la cosmética". En *Orientalia Hispanica sive studia F. M. Pareja octogenario dicata*. Leiden: Brill, 1974, vol. I, 428-437.
- Kuhne Brabant, Rosa. "*Zīna e iṣlāḥ*". Reflexiones para entender la medicina estética del joven Abū Marwān b. Zuhr". *Al-Andalus Magreb* 4 (1996): 281-298.
- Kuhne Brabant, Rosa. "La medicina estética, una hermana menor de la medicina científica". En *La Medicina en al-Ándalus*. Granada: El Legado Andalusi, 1999: 197-207.
- Kuhne Brabant, Rosa, Álvarez Millán, Cristina y García Sánchez, Expiración. "Ibn Zuhr, Abū Marwān 'Abd al-Malik". En *Biblioteca de al-Andalus*, vol. VI. Almería: Fundación Ibn Tufayl, 2009: 352-368.
- Leclerc, Lucien. *Histoire de la médecine arabe*. París: Ernest Leroux, Éditeur, 1870, 2 vols.
- Meyerhof, Max. "Über die Pharmakologie und Botanik des arabischen Geographen Edrisi". *Archiv für Geschichte der Mathematik, der Naturwissenschaften und der Technik* 12 (1930): 45-53.
- Meyerhof, Max. "Die allgemeine Botanik und Pharmakologie des Edrisi". *Archiv für Geschichte der Mathematik, der Naturwissenschaften und der Technik*, 12 (1930): 225-236.
- Peña Muñoz, Carmen y Girón Irueste, Fernando. "Aspectos inéditos en la obra médica de Avenzoar: el prólogo del *Kitāb al-Taysīr*". *Miscelánea de Estudios Árabes y Hebraicos*, XXVI/1 (1977): 103-116.

- Peña, Carmen. "Capítulo del bazo en el *Kitâb al-Taysir* de Avenzoar". *Awraq* 4 (1981): 131-142.
- Peña, Carmen *et al.* "Corpus medicorum". *Awraq* 4 (1981): 83-4.
- Sezgin, Fuat. *Geschichte des Arabischen Schrifttums*. Leiden: Brill, 1967-84, IX Band.
- Sezgin, Fuat *et al.* *Al-Idrisi (d. c. 1165). Kitâb al-Jâmi' li- sifât ashtât al-nabât wa-durûb anwâ' al-mufradât / Compendium of the Properties of Diverse Plants and Various Kinds of Simple Drugs*. I-III. Frankfurt: Frankfurt am Main, Johann Wolfgang Goethe-Universität. Institut für Geschichte der Arabisch-Islamischen Wissenschaften, 1995.
- Pons Boigues, Francisco. *Ensayo bio-bibliográfico sobre los historiadores y geógrafos arábigo-españoles. Obra premiada por la Biblioteca Nacional en el concurso público de 1893*. Madrid: Biblioteca Nacional, 1898.
- Puente, Cristina de la. *Avenzoar, Averroes, Ibn al-Jaṭīb. Médicos de al-Ándalus. Perfumes, ungüentos y jarabes*. Madrid: Tres Cantos, 2003.
- Renaud, Henri Paul Joseph. "Trois études d'histoire de la médecine en Occident. II: Nouveaux manuscrits d'Avenzoar". *Hesperis-Tamuda*, XII.1 (1931): 91-105. ■