



UNIVERSIDAD DE SEVILLA

Facultad de Farmacia.

Grado en Farmacia.



# **SPECULUM AL JODER: TRATADO DE RECETAS Y CONSEJOS SOBRE EL COITO.**

María Dolores Gutiérrez Gallego

Sevilla, 2022





UNIVERSIDAD DE SEVILLA



Facultad de Farmacia.

Grado en Farmacia.

Trabajo Fin de Grado.

“SPECULUM AL JODER: TRATADO DE RECETAS Y CONSEJOS SOBRE EL COITO”.

María Dolores Gutiérrez Gallego.

Tutores: D. Antonio Ramos Carrillo y D<sup>a</sup>. Rocío Ruiz Altaba.

Departamento de Farmacia y Tecnología farmacéutica.

Facultad de Farmacia.

Universidad de Sevilla.

Sevilla, 2022.

## INDICE

### 1. RESUMEN

### 2. INTRODUCCION.

### 3. OBJETIVOS

### 4. METODOLOGÍA.

Fuentes primarias.

Fuentes secundarias.

Bases de datos y palabras clave.

### 5. RESULTADOS Y DISCUSION

Capítulo I: La sexualidad en la historia. Revisión general histórica.

Conceptos y mentalidades: de la represión y el tabú a la libertad sexual.

Capítulo II: Coadyuvantes, remedios y tratamientos.

Afrodisíacos, deseo sexual, y disfunción eréctil.

Anticoncepción.

Capítulo III: “Speculum al joder. Tratado de recetas y consejos sobre el coito.”

Speculum al joder.

Recomendaciones y recetas higiénicas y médicas.

Afrodisíacos.

Cortejo y conquista, entendiendo al sexo femenino.

Recomendaciones posturales: erotismo práctico.

### 6. CONCLUSIONES.

### 7. BIBLIOGRAFIA.

## **RESUMEN**

El sexo y el erotismo han sido temas ampliamente estudiados a lo largo de la historia, sin embargo, su tratamiento no ha sido equivalente en las diferentes culturas. A pesar de jugar un papel protagonista en el desarrollo y crecimiento de las civilizaciones, todo lo que con ciente a la sexualidad a estado usualmente rodeado de polémica, perseguido por la censura y en ocasiones marginado a tratarse en la más absoluta intimidad. Muestra de ello es la obra “Speculum al joder”, obra medieval que presenta un tratado médico-erótico de gran valor divulgativo, hallado como continuación de otro de temática muy diferente, insertado con cuidado disimulo con el objetivo de pasar desapercibido y escapar así de la censura.

Palabras clave: *afrodisíacos, erotismo, medicina medieval, sexualidad, speculum al joder*

## INTRODUCCIÓN

La sexualidad, uno de los pilares del desarrollo de la humanidad, ha sido relegada a ocultarse bajo el velo de premisas y condicionamientos morales y religiosos. Su desarrollo y estudio, tan necesarios, como defenderemos en el presente trabajo, ha sido dispar en las diferentes culturas, en unas ha estado ralentizado y supeditado a aquellos condicionamientos de la pulcritud y lo socialmente aceptable, en otras, no obstante, ha ejercido un papel primordial al venerarse y reconocerse su importancia para la prosperidad de toda civilización.

Culturas como la china, hindú<sup>1</sup> o árabe generaron valiosas aportaciones médicas, tratados y obras completas orientadas a promover una correcta salud sexual<sup>2</sup>, con indicaciones higiénicas, recetas medicamentosas con las que propiciar la concepción, paliar la disfunción del miembro viril o beneficiar la potencia sexual, otras destinadas al simple disfrute del sexo en sí mismo, cuyo objetivo era aumentar la libido, como es el caso de innumerables descripciones de sustancias y composiciones con efecto afrodisíaco, o asegurar el disfrute durante el coito, con la elaboración de minuciosos manuales<sup>3</sup> en los que se describen decenas de posturas sexuales. También del antiguo Egipto tenemos constancia de la existencia de grabados y papiros con contenido explícitamente sexual que recogen relatos eróticos, alusiones a alimentos potenciadores del deseo e incluso la descripción pictórica de posturas sexuales. Por el contrario, en las culturas occidentales y en especial, en época medieval, los documentos de índole sexual fueron reservados al ámbito científico-médico, sino destruidos o clausurados en los fondos más oscuros de las bibliotecas, tratándose la sexualidad como una parte indecorosa de la vida, sustituyendo el placer por el deber, ya que la única utilidad válida y respetable del sexo sería la de concebir hijos<sup>4</sup>.

---

<sup>1</sup> Muestra de ello son las obras Kama Sutra o El jardín perfumado para la recreación de las almas. Consúltese: Fredotovich N. Historia del abordaje de los problemas sexuales. Rev arg de urol. 2005; 70(2): 80-85.

<sup>2</sup> Lucena M. La dietética afrodisíaca a través del manifiesto de los secretos del coito de Al-Šayzari (s. XIII). Univ de Málaga. Anu de estu mediev. 2021; 51(2): 781-800.

<sup>3</sup> Montero E. Liber minor de coitu: tratado menor de andrología salernitano anónimo. Edición crítica, traducción y notas. Valladolid: Ediciones Universidad de Valladolid; 1987.

<sup>4</sup> Foucault M. La historia de la sexualidad I. La voluntad de saber. Madrid: Siglo XXI de España editores S.A; 1998.

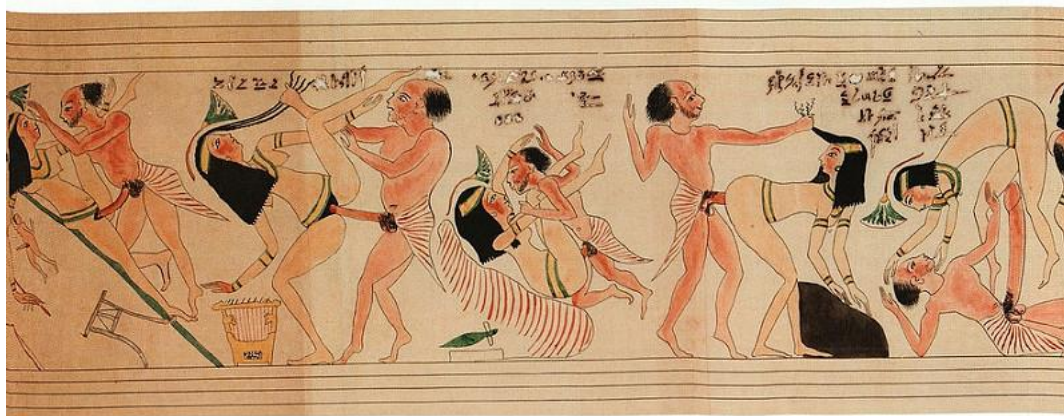


Figura 1. Fragmento del papiro egipcio de Turín en el que observamos detalladas posturas sexuales. Fuente: Anónimo, 2016. <http://historsex.blogspot.com/2016/10/papiro-erotico-de-turin.html>

Bajo ese contexto de censura y castidad, no es de extrañar que en nuestro país existan pocas obras dedicadas (al menos abiertamente) a la sexualidad, algunas de ellas presentan páginas arrancadas o emborronadas de tinta con el fin de ocultar su contenido, se entiende que muchas de estas acciones fueron llevadas a cabo durante la Inquisición. Entre las obras supervivientes encontramos algunos romanceros, obras literarias de diversa índole con poemas y relatos de contenido erótico o sexual<sup>5</sup> y traducciones de tratados extranjeros, principalmente médicos, como es el caso de la obra que ha motivado este trabajo, el “Speculum al joder”<sup>6</sup>, el cuál como veremos más adelante contiene la traducción de un tratado médico-erótico, con remedios, consejos higiénicos y técnicas para asegurar la conquista de mujeres, además de una serie de posturas sexuales encaminadas al disfrute pleno y mutuo de los amantes.

Aún hoy, este tipo de documentos y la información contenida son ciertamente ignorados y en ocasiones vetados, por cuestiones de educación, morales o religiosas. Nuestra motivación es pues otorgar visibilidad, exorcizar de alguna manera esta temática como es la sexual, pues forma parte inexorablemente de la historia de la humanidad, de nuestra vida cotidiana y como alega Schatzmann<sup>7</sup> porque la sexualidad no solamente da unidad al individuo, sino además entreteje la comunicación y el contacto interhumano como estímulo esencial de la sociedad.

---

<sup>5</sup> Martos A. Historia medieval del sexo y el erotismo. Madrid: Ed. Nowtilus S.L; 2008.

<sup>6</sup> Vicens T. Speculum al joder: Tratado de recetas y consejos sobre el coito: (Cod. Bibl. Nac. de Madrid, nº 3356, fols. 35-54). Palma de Mallorca: José J. de Olañeta; 2000.

<sup>7</sup> Schatzmann M. Consideraciones... Op. cit. p.295.

## **OBJETIVOS.**

Los objetivos de este trabajo son:

1. Desgranar el desarrollo de la sexualidad a lo largo de la historia, ahondando en la construcción del concepto de sexualidad como tal y su implicación en las diferentes culturas, además, puntualizar los diversos tabúes y condicionantes por los que se ha visto estigmatizada durante siglos.
2. Exponer los diferentes tratamientos de problemas y carencias relacionadas con la salud sexual que han ido surgiendo a lo largo de la historia tales como afrodisiacos, contraceptivos, tratamientos de fertilidad y contra enfermedades venéreas, siendo necesario hablar no sólo de medicamentos, si no también sobre otros tratamientos arraigados en diversas culturas basados en creencias y ejecutados como ritos o encantamientos, por chamanes, sanadores o brujas.
3. Presentar y analizar el libro “Speculum al joder”, como documento base del presente trabajo, contextualizando su importancia respecto a su contenido y la época en la que fue creado.



## **METODOLOGÍA.**

Para realizar esta revisión bibliográfica se han recopilado datos tanto de fuentes primarias (documentos de archivo), como de fuentes secundarias (artículos de revistas especializadas, bases de datos, libros y monografías). Como base central del trabajo, hemos tomado un tratado medieval traducido por Teresa Vicens:

“Speculum al joder” (Teresa Vicens, 1978).

Fuentes primarias.

Documentos de archivo pertenecientes a la Real Academia de Medicina de Sevilla.

Fuentes secundarias.

En cuanto a los artículos científicos sobre la materia, inicialmente se realizó una búsqueda de artículos encontrándose pocas referencias.

Las palabras clave empleadas han sido: afrodisíacos, anticoncepción, brujería, concepción, disfunción eréctil, enfermedad sexual, erotismo, historia, medieval.

Las bases de datos y motores de búsqueda consultados se recogen a continuación:

- FAMA+
- Google Scholar
- SciELO: <https://scielo.org/es/>
- SCOPUS (acceso a través de la Universidad de Sevilla)
- Universidad de Córdoba: <https://www.uco.es/>

Aunque en la búsqueda bibliográfica se ha prestado más atención a los textos más recientes, debido a la relativa escasez de bibliografía especializada se han revisado también textos más clásicos. Esta escasez, creemos que se debe a que es una disciplina que, en general, se ha desarrollado tímidamente a lo largo del tiempo.

Para optimizar la búsqueda, en las palabras clave con alto número de resultados inespecíficos se tomó como criterio la combinación de varias palabras clave relacionadas y más específicas como es el caso de “sexualidad” que fue combinada con “historia” y “medicina”, como algunos ejemplos.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN.

### Capítulo I: La sexualidad en la historia. Revisión general histórica.

Conceptos y mentalidades: de la represión y el tabú a la libertad sexual.

El sexo, la sexualidad y el erotismo, entidades fundamentales en el desarrollo y crecimiento de las poblaciones del mundo han tenido a lo largo de la historia un tratamiento variable y desigual en función de las creencias y divergencias culturales y religiosas, además de políticas<sup>8</sup>. El diálogo y la divulgación en lo referente a estos temas ha bailado entre la permisividad y la censura más casta en diferentes épocas y sociedades<sup>9</sup>, lejos de seguir un recorrido lineal. Del "libertinaje" de Grecia y Roma<sup>10</sup> o el profundo estudio de las relaciones sexuales hindúes pasamos a la represión puritana de la Edad Media occidental, mientras, los contemporáneos árabes seguían redactando extensos tratados en materia sexual<sup>11</sup> a medio camino entre lo médico y lo erótico<sup>12</sup>, a pesar de poseer unas normas religiosas bastante concretas en lo que a las relaciones sexuales se refiere.<sup>13</sup>

Si nos remontamos a la época prehistórica, en inicios poligámica, vemos instaurado el matrimonio monógamo como método de supervivencia (prevención de enfermedades sexuales y mantenimiento y protección de la propiedad, relacionados con el inicio de la

---

<sup>8</sup> Aún hoy, los temas relativos a la sexualidad siguen subyugados a cierto grado de represión. La libertad sexual, el aborto y la contracepción siguen ligados a la polémica y hablar abiertamente de sexo puede verse en algunos círculos como algo censurable. Consúltese: Foucault M. La historia de la... Op. cit.7-9.

<sup>9</sup> Mientras la sociedad occidental era presa de la represión cristiana, sus sociedades contemporáneas árabe y judía eran ajenas a cualquier tipo de represión o censura sexual. Consúltese: Nadales MJ. La sexualidad femenina en la edad media. Jaén. XI Congreso virtual sobre la historia de las mujeres. 2019; 28: 539-555. [En línea]. [Consultado en mayo 2022]. Disponible en: [https://www.revistacodice.es/publi\\_virtuales/xi\\_congreso\\_mujeres/xi\\_congreso\\_mujer.htm](https://www.revistacodice.es/publi_virtuales/xi_congreso_mujeres/xi_congreso_mujer.htm)

<sup>10</sup> Fredotovich N. Historia del... Op. cit. p.81.

<sup>11</sup> Herrero MC., Montero E. Concepción y erotismo en la literatura médica medieval. Cuad Fil Clás Estud Lat. 2012; 32.2: 299-314.

<sup>12</sup> Vera-Gamboa L. Historia de la medicina. Historia de la sexualidad. Rev biomed. 1998; 9: 116-121.

<sup>13</sup> El Corán contiene normas específicas acerca de la sexualidad, se regulan las relaciones sexuales que son permitidas en el matrimonio y con concubinas en el caso de los varones, haciendo mención además de normas higiénicas previas a la práctica sexual. Consúltese: Lucena M. La dietética... Op. cit. p.795.

agricultura y la ganadería).<sup>14</sup> Con el judaísmo, en el Antiguo Testamento encontramos las primeras restricciones ligadas a la religión (prohibición del adulterio y la homosexualidad). Por otro lado, en Egipto se permitía el incesto y practicaban la circuncisión. En Grecia era usual que el tutor mantuviera relaciones con sus pupilos adolescentes mientras estos estaban bajo su tutelaje (este era de carácter formativo e iniciador de cara a la vida social)<sup>15</sup>. Las mujeres, por el contrario, sólo podían salir solas si eran prostitutas de clase alta (llamadas hetairas).<sup>16</sup> En la Edad Media comienza la represión de la sexualidad<sup>17</sup>, aparecen los cinturones de castidad, la masturbación es considerada insidiosa al igual que la práctica sexual cuando su fin no es el reproductivo. Se refuerza el papel del matrimonio monógamo (una de las motivaciones era evitar las enfermedades venéreas)<sup>18</sup>. En la época victoriana cualquier relación sexual que no tuviera como fin la concepción se consideraría indecorosa<sup>19</sup> (esto no aplicaba a las clases altas que disfrutaban libremente de su sexualidad). A partir de la era Renacentista se atisba el comienzo de un cambio de mentalidad, recuperándose el interés por el disfrute y el goce sexual, contrarrestado prontamente por la Iglesia a través de la Inquisición<sup>20</sup>.

Como podemos apreciar, la gran mayoría de los textos y tratados (ya sea egipcios, árabes, occidentales...) tienen una orientación androcentrista, todo gira en torno al hombre. La mujer no es más que el receptáculo para poder engendrar su descendencia, su papel en la vida cotidiana se restringe al entorno privado, el cuidado del hogar y los hijos<sup>21</sup>. Se le priva de toda capacidad de decisión y opinión, incluso sobre su propio cuerpo. Si una mujer despuntaba en algunos de estos sentidos, se atrevía a caminar sola,

---

<sup>14</sup> Vera-Gamboa L. Historia... Op. cit. p.116.

<sup>15</sup> En estas sociedades el placer formaba parte del plano social, sin tener otro fin o utilidad más que el placer mismo. Consúltese: Foucault M. La historia de la... Op. cit. p.38.

<sup>16</sup> Vera-Gamboa L. Historia... Op. cit. p.118.

<sup>17</sup> La religión católica regulaba todos los aspectos de las relaciones sexuales, desde la única postura permitida (el misionero), pasando por la prohibición de cualquier práctica sexual (oral, anal, masturbación) que resultara en el "desperdicio" de la semilla de la vida. Consúltese: Nadales MJ. La sexualid... Op. cit. p.5.

<sup>18</sup> Se recrudece la discriminación sobre la mujer, relegada al cuidado del hogar y los hijos, se exige su pureza y fidelidad y el sexo queda también reservado a la función procreadora. Consúltese: Vera-Gamboa L. Historia... Op. cit. p.119.

<sup>19</sup> Foucault M. La historia de la... Op. cit. p.63.

<sup>20</sup> Fredotovich N. Historia del... Op. cit. p.84.

<sup>21</sup> Nadales MJ. La sexualid... Op. cit. p.6.

mostrarse en compañía de hombres sin su marido o siendo soltera, incluso ejercer ciertos oficios como el de curandera, su reputación sería gravemente dañada, pudiendo ser acusada de adúltera, "mala mujer" o incluso bruja, además la validez de sus conocimientos y logros eran silenciados e ignorados.<sup>22</sup>. Depende de la época, estas descalificaciones podían representar un peligro para su vida, recordemos que, en España, la Inquisición ejecutó a cientos de mujeres acusadas de brujería por variopintos motivos, entre ellos disfrutar abiertamente su sexualidad<sup>23</sup>. Por fortuna, a pesar del fuerte arraigo de las represiones eclesiásticas, la liberalización de la sexualidad y de la mano de ella, de la mujer continúan tomando fuerza y avanzando poco a poco. Como ejemplo, con la aparición del modernismo sexual, la entrada a escena de Sigmund Freud, que introduce el término "libido" y elabora sus estudios de psicología íntimamente ligados a la sexualidad, representa un nuevo impulso para el cambio de mentalidades, situando el sexo como parte natural e intrínseca del individuo y sin la cual no puede entenderse el comportamiento social. Además, aparecen los primeros atisbos de los movimientos feministas y la mujer comienza a recuperar su voz y lugar en la sociedad.<sup>24</sup>

---

<sup>22</sup> Moral P. Frígidos y maleficiados. Las mujeres y los remedios contra la impotencia en la edad media. Rev de his de la med y de la cie. 2012; 14 (2): 353-372.

<sup>23</sup> Fredotovich N. Historia del... Op cit. p.85.

<sup>24</sup> Vera-Gamboa L. Historia... Op. cit. p.120.

## Capítulo II: Coadyuvantes, remedios y tratamientos.

En cualesquiera de los territorios habitados del mundo, todas las culturas y civilizaciones han dejado constancia de una preocupación común la fertilidad, signo de prosperidad para una comunidad, fortaleza, crecimiento<sup>25</sup>. Así, los pueblos crearon innumerables ritos, ceremonias y remedios que aseguraran una prolífica descendencia, primordialmente enfocados en el coito<sup>26</sup>.

En este capítulo recopilamos diversos remedios usados desde antiguo<sup>27</sup>, ya fuere contra la disfunción eréctil, disminución del deseo o la potencia sexual<sup>28</sup>, así como variedad de recursos cuyo objetivo fuera favorecer el acto sexual, en algunos casos con el fin de propiciar relaciones sexuales satisfactorias y en otros, además, de asegurar la concepción de un hijo. También se hará un breve análisis de los diferentes métodos contraceptivos generados por la necesidad social de controlar la natalidad.

### Afrodisiacos, deseo sexual, y disfunción eréctil.

Para definir afrodisíaco necesitamos derivarnos a su raíz etimológica, según cita la Real Academia Española<sup>29</sup>:

*Del lat. aphrodisiācus, y este del gr. ἀφροδισιακός aphrodisiakós 'erótico', 'venéreo'. "Sustancia que excita o estimula el apetito sexual."*

Podemos intuir desde la raíz (y la Antigüedad) que esta palabra está embebida en la mística, en los poderes supraterráneos y por supuesto, en el deseo o amor carnal, al deber su nombre a la Diosa griega Afrodita, madre y protectora del amor y el erotismo<sup>30</sup>.

---

<sup>25</sup> Pijoan M. Afrodisiacos, ¿mito o realidad? OFFARM. 2002; 21(9): 146-156.

<sup>26</sup> Lucena M. La dietética... Op. cit. p. 781.

<sup>27</sup> González I. El fruto del deseo: Connotaciones sexuales de la mandrágora desde Egipto a la Edad Media. Rev Dig de Iconog Mediev. 2017; 9(17): 61-79.

<sup>28</sup> Lucena M. La dietética... Op. cit. p.786-788.

<sup>29</sup> Real Academia Española: Diccionario de la lengua española, 23.<sup>a</sup> ed., [versión 23.5 en línea]. [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es>.

<sup>30</sup> Cf. Recio F. Afrodisiaco: Receta y etimología. [En línea]. [Consultado en junio 2022]. Disponible en: <https://www.quedeseconelcambio.com/afrodisiaco-receta-y-etimologia/>

No obstante, su uso es anterior a la existencia de la mitología griega, habiendo constancia de ello ya en papiros egipcios del siglo XXIII a.C.<sup>31</sup>, también se conoce su empleo en la prehistoria, en los albores de la cultura hindú, siendo muestra de ello su mención en documentos datados del año 1000 a.C como es el “Samhita Sushruta”, un libro médico hindú o el “Kama Sutra”<sup>32</sup>, numerosos eruditos árabes los mencionan en sus escritos, al igual que sucede con eminencias griegas<sup>33</sup> y los aztecas, que tampoco ignoraron la existencia de estas sustancias de especiales atributos<sup>34</sup>.

A continuación, enumeramos algunas de esas sustancias, sus atributos y la veracidad de su actividad, viendo cómo algunas ven relegada su reputación al mito o es contrastada por las investigaciones científicas actuales.

1. **Árbol de yohimbe (*Pausinystalia yohimbe*)**. Especie africana empleada tradicionalmente por las tribus foráneas en forma de infusión. De su corteza se extrae la yohimbina<sup>35</sup>, un alcaloide usado en la actualidad que forma parte de los medicamentos empleados en la disfunción eréctil como el sildenafilo (Viagra), sin embargo, pese a sus efectos secundarios y variabilidad del efecto en diferentes individuos no es muy recomendado.<sup>36</sup>
2. **Azafrán**. Plinio, Dioscórides, Avicena, Ibn al-wafid, son algunos de los autores que le atribuyen efectos exaltadores de la libido, no obstante, también se le atribuían efectos perjudiciales como el dolor de cabeza o abortivo. Las investigaciones más actuales descartan su actividad afrodisíaca relegándose a un

---

<sup>31</sup> Pijoan M. Afrodisíacos... Op. cit. p.145.

<sup>32</sup> Vallano A. Medicamentos afrodisíacos. ¿Existen pruebas sobre su eficacia? Proyección social del medicamento. Fundación Dr. Antoni Esteve (Barcelona). 2018. [En línea]. [Consultado en agosto 2022]. [https://www.esteve.org/ca/capitulos/3-medicamentos-afrodisiacos-existen-pruebas-sobre-su-eficacia/?doing\\_wp\\_cron=1661798108.8800649642944335937500](https://www.esteve.org/ca/capitulos/3-medicamentos-afrodisiacos-existen-pruebas-sobre-su-eficacia/?doing_wp_cron=1661798108.8800649642944335937500).

<sup>33</sup> Este manifiesto árabe de carácter erótico-higiénico recoge enseñanzas de eruditos de la época, árabes y persas como al-Hindī, al-Ṭabarī, al-Rāzī o Avicena, y como puede atisbarse está íntimamente influenciado por la sabiduría médica griega de la mano de autores como Galeno, Aristóteles e Hipócrates. Medicina y sexualidad se ven entrelazadas a través de la teoría humoral, en base a la cual se recomiendan distintos remedios en forma de alimentos, ungüentos y cataplasmas como remedio a disfunciones sexuales (impotencia, disminución de la lívido o esterilidad). Consúltese: Lucena M. La dietética... Op. cit. p.783.

<sup>34</sup> Godínez-Vidal D. Las plantas del amor. Biot en movim. 2019; 16: 24-29.

<sup>35</sup> Pijoan M. Afrodisíacos... Op. cit. p.156.

<sup>36</sup> Vallano A. Medicam... Op. cit. p.27.

uso meramente culinario.<sup>37</sup>

3. **Canela y jengibre.** Usados como condimento en todas las culturas, en infusión y formando parte de ungüentos, estas dos sustancias han mantenido su uso como afrodisíacos hasta la actualidad<sup>38</sup>.

4. **Cantaridina (polvo de Cantáridas, la mosca española, “*Lytta vesicatoria*”).** Hipócrates ya menciona que su ingesta erecciones tan prolongadas como dolorosas(SIC), pudiendo provocar la muerte a dosis elevadas.<sup>39</sup> Se trituraba el cuerpo completo de la mosca y se usaba en forma de emplastos y brebajes. Empleado en afecciones del sistema urinario, altamente tóxico si pasaba al torrente sanguíneo, provoca hematurias graves. A pesar de ello es y se ha usado como un potente remedio contra la disfunción eréctil. Aún hoy se sigue comerciando con estos insectos.<sup>40</sup>

5. **Mandrágora.** Se menciona ya en la Biblia, egipcios también la usaron y veneraron. Su fruto se creía que poseía el poder de asegurar la concepción.<sup>41</sup> Su efecto embriagador, unido a la forma antropomórfica de sus raíces<sup>42</sup> (usadas como amuleto) favoreció su fama como afrodisíaco, vigorizante y favorecedor de la fertilidad. Se recomiendan dosis bajas, la sobredosificación produce delirios e incluso la muerte<sup>43</sup>. Es, además, un potente sedante y alucinógeno,

---

<sup>37</sup> Del Valle A. Historia farmacéutica del azafrán. Rev cent asoc a la UNED ciudad de la ceram. 2006; 6: 203-306.

<sup>38</sup> Pijoan M. Afrodisíacos, ¿mito o ...Op. cit. p.154.

<sup>39</sup> Anónimo. Comida afrodisíaca en la antigüedad. 2015. [En línea]. [Consultado en mayo 2022]. Disponible en: <http://historsex.blogspot.com/2015/02/comida-afrodisiaca-en-la-antiguedad.html>

<sup>40</sup> Jara J, Lledó E. Medicina sexual en la historia. Avances y controversias (Parte I). Rev int andro. 2013; 11(3): 107-114.

<sup>41</sup> Ibidem p.110. Su poder como estimulante sexual masculino es indiscutible, Dioscórides citaba ya su uso sobre el s. I a. C afirmando que su consumo provocaba hematuria, pero también fuertes erecciones espontáneas. Se considera incluso un recurso de envenenamiento al necesitarse muy poca cantidad para matar a una persona adulta.

<sup>42</sup> Hay dos especies con diferente tamaño en sus hojas y raíces, asignándose a la más pequeña el atributo de “femenina” (*Mandragora autumnalis*) y a la de mayor tamaño el de “masculina o macho” (*Mandragora officinarum*). Exhalar su intenso aroma produce un efecto embriagador, contrastado científicamente, causando desinhibición. Consúltese: González I. El fruto del des... Op. cit. p. 66-69.

<sup>43</sup> Rodeada de misticismo, usada por las brujas en rituales de fertilidad. Consúltese: Whitman J. El poder psíquico de las plantas. Barcelona: Ediciones Martínez Roca; 1980.

aunque esta actividad se obtiene del consumo de la raíz y no del fruto como hacían en la antigüedad<sup>44</sup>.

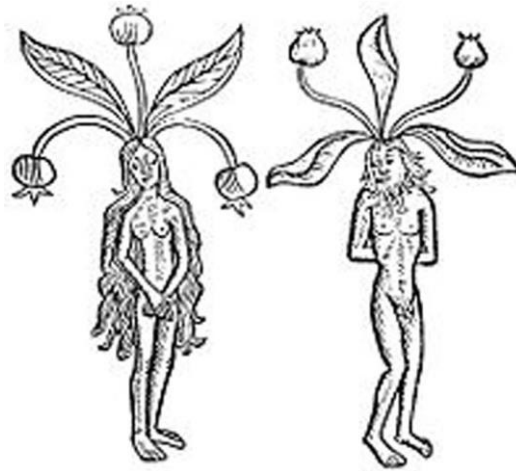


Figura 2. Representación antropomórfica de la mandrágora. Fuente: Jara J, Lledó E. Medicina sexual en la historia. Avances y controversias (Parte I), 2013.

6. **Afrodisíacos por analogía.** Se consumían toda clase de plantas y seres vivos o partes de estos, cuya apariencia se asemejara a los órganos genitales humanos. Es el caso de las almejas, ostras, orquídeas, garbanzos, cebollas, apio, higos, ciruelas<sup>45</sup> y un largo etc., también se consumían testículos, pene, vulva y úteros de animales bajo la creencia de que lo similar era beneficioso para esos mismos órganos humanos.<sup>46</sup>

7. **Satirión**<sup>47</sup>. Esta orquídea, junto a las cantáridas, se considera la “viagra” del tiempo antiguo. Su uso fue muy recomendado por eruditos y curanderas, se conoce desde tiempos griegos y se extendió posteriormente a Roma y el mundo islámico<sup>48</sup>. Su similitud morfológica (de la raíz) con unos testículos parece ser el origen la creencia en su efecto afrodisíaco,<sup>49</sup> apoyado por relatos de la mitología

---

<sup>44</sup> González I. El fruto del des... Op. cit. p. 64.

<sup>45</sup> Vallano A. Medicam... Op. cit. p.19.

<sup>46</sup> Pijoan M. Afrodisíacos, ¿mito o ...Op. cit. p.150.

<sup>47</sup> Los satiriones son orquídeas de las que se extraía un líquido usado desde la antigüedad como potente afrodisíaco. Consúltese: Real Academia Española: Diccionario de la lengua española, 23.<sup>a</sup> ed., [versión 23.5 en línea]. [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es>.

<sup>48</sup> El empleo del satirión es mencionado por Avicena y varios autores como consta en las traducciones y obras de Constantino el Africano. Para más información consúltese: Anónimo. Comida afrod... Op. cit.

<sup>49</sup> Moral P. Frígidos y ... Op. cit. p.360.



que hacen alusión a su potencia afrodisíaca : "Hércules, al recibir la bebida de Tespios, desfloró a las quince hijas de su anfitrión en una sola noche"(SIC).<sup>50</sup>

Según la definición registrada en “Tesoro de los diccionarios históricos de la lengua española”, el primer registro documentado de la palabra afrodisiaco en textos en nuestro país se data de 1847 <sup>51</sup>, sin embargo, la presencia de recetas y recomendaciones alimenticias relacionadas con la salud sexual, que incluyen algunas sustancias con efectos afrodisíacos, como podemos ver en la siguiente ilustración<sup>52</sup>, es muy anterior:

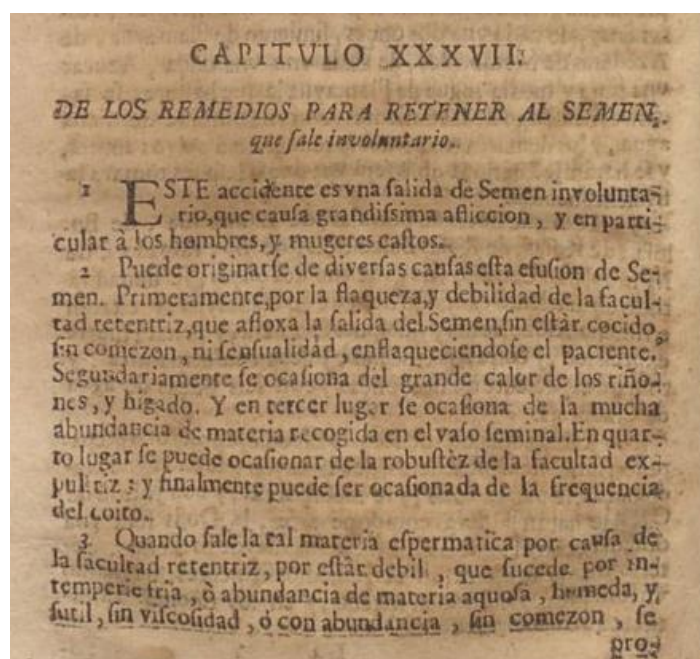


Figura 3. Fragmento del libro *Medicina, y cirugía racional, y espargirica: sin obra manual de hierro, ni fuego* de Juan de la Puerta en la que se puede leer una receta contra la eyaculación precoz. Fuente: Real Academia Española. *Tesoros de los diccionarios históricos de la lengua española*. Inéditos *Diccionario histórico de la lengua española* (1933-1936).

<sup>50</sup> Anónimo. *Comida afrodisíaca*. Op. cit.

<sup>51</sup> Se presenta un compendio de todas las menciones y definiciones de la palabra Afrodisíaco de las que se tiene constancia desde el s. XIV. “Del lat. aphrodisiäcus < gr. . 1. adj. Que excita o estimula el apetito sexual. 1847 SALVÁ Nuevo Dicc.: ~: adj. Med[icina]. Propio para excitar los placeres del amor.” Consúltese: Real Academia Española. *Tesoros de los diccionarios históricos de la lengua española*. Inéditos *Diccionario histórico de la lengua española* (1933-1936). [En línea] [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: <https://www.rae.es/tdhle/afrodisiaco>.

<sup>52</sup> En este caso, las recetas recogidas responden a paliar la eyaculación precoz, entre los ingredientes se incluyen el azafrán, la miel o el perejil. Consúltese: De la Puerta J. *Medicina, y cirugía racional, y espargirica: sin obra manual de hierro, ni fuego*. Sevilla;1722. [En línea]. [Consultado en mayo 2022]. Disponible en: <https://archive.org/details/A079047/page/n1/mode/2up>

Por otro lado, existen sustancias cuyo efecto es el opuesto a los afrodisíacos. Su uso se recomienda en aras de lograr adormecer el deseo. Según reza en el Diccionario histórico de la lengua española (1960-1996)<sup>53</sup>:

*Anafrodisiáco, ca, anafrodisiaco. adj. Que produce anafrodisia. Dicho de sustancia. Ú. t. c. s. m. 1846-47 DOMÍNGUEZ Dicc. Nac.: ~: Epíteto que se da a las sustancias que se recomiendan capaces de calmar los descos tumultuosos de los sentidos...*

Algunos alimentos y sustancias anafrodisíacos mencionados a largo de la historia son la lechuga<sup>54</sup> o el nenúfar blanco (*Nymphaea alba* L.)<sup>55</sup>.

### **Anticoncepción.**

Ligado de forma inexorable al interés por asegurar el crecimiento de la natalidad está su control, para el cual se han desarrollado variedad de técnicas y remedios, tanto físicos como medicamentosos desde la antigüedad<sup>56</sup>.

La técnica más ancestral debido a su simplicidad en la ejecución es el “coitus interruptus”, popularmente nombrada “marcha atrás”. Este método aún se emplea en la actualidad y sigue entrañando riesgos, no sólo de embarazos no deseados si no por la nula protección que ofrece contra las enfermedades de transmisión sexual.<sup>57</sup>

Del uso de diversos métodos anticonceptivos se tiene constancia desde el antiguo Egipto gracias a su mención en el Papiro de Petri en el que se sugiere el uso de excremento de cocodrilo o miel con bicarbonato para tal fin, también en el Papiro de

---

<sup>53</sup> Citamos de las distintas acepciones recogidas la más antigua. Consúltese: Real Academia Española. Tesoros de los diccionarios históricos de la lengua española. Inéditos Diccionario histórico de la lengua española (1933-1936). [En línea] [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: <https://www.rae.es/tdhle/anafrodisiaco>

<sup>54</sup> Al ser un alimento “frío” se le atribuía a la lechuga este efecto anafrodisiáco, también mencionado por Dioscórides que aseguraba “ataja los sueños y reprime el desordenado apetito de fornicar”. Consúltese: Mataix J, Barrancho F. Hortalizas y verduras en la alimentación mediterránea. Almería: Universidad de Almería; 2007.

<sup>55</sup> Montero E. Liber minor de coitu: tratado menor de andrología salernitano anónimo. Edición crítica, traducción y notas. Valladolid: Ediciones Universidad de Valladolid; 1987.

<sup>56</sup> Aguiar A, Almerlo L, Lazo H, Giniera M, Rivera R. Historia del condón y otros métodos anticonceptivos. Rev med electron. 2019; 41(2): 588-597.

<sup>57</sup> Clavero J. Historia evolutiva de la anticoncepción. Anales Ramn. 2018; 135 (01): 56-59.

Ebers se menciona un método consistente en introducir en la vagina un tapón de hilaza embadurnado en miel.<sup>58</sup>

Más tarde Hipócrates proporciona nuevos aportes indicando cuando se producía el periodo fértil de la mujer, a evitar si no se deseaba la concepción y sentando las bases de los futuros dispositivos intrauterinos (DIU) que en tribus nómadas se introducían piedras u objetos en el útero de las hembras de los camellos para prevenir embarazos durante las travesías<sup>59</sup>. No obstante, no se emplea en mujeres hasta 1909<sup>60</sup>.

Otro método que tiene su precedente histórico en Egipto es el preservativo, confeccionado en lienzo, su uso se remonta al 1000 a.C.<sup>61</sup>

Los últimos anticonceptivos en aparecer, más cercanos a nuestros días, fueron la píldora anticonceptiva y las intervenciones quirúrgicas, vasectomía en hombres y ligadura de trompas en mujeres, constituyendo toda una revolución sexual y de género.<sup>62</sup> Pero antes de ello, como antecesores a la píldora, aparecen registros del uso de infinidad de plantas, animales o partes de ambos y de minerales, combinados o de manera individual, cuyo uso pretendía sino impedir, interrumpir el embarazo, en muchas ocasiones basados en la experiencia y en otras en la sabiduría o mitología popular, no exentos de riesgos a causa de la toxicidad de muchos ellos<sup>63</sup>.

Como muestra, en la tabla que veremos a continuación podemos ver una síntesis de sustancias de origen animal, mineral y vegetal empleadas en distintas regiones de

---

<sup>58</sup> Ibidem. p. 57. En el Papiro de Petri datado en el 1810 a.C. Se describen remedios anticonceptivos aplicados vía vaginal con efecto barrera y espermicida, así como en el Papiro de Ebers de 1500 a.C. se citan métodos barrera.

<sup>59</sup> Aguiar A, Almerlo L, et. al. Histo... Op. cit. p.591.

<sup>60</sup> Clavero J. Historia evolutiva de la... Op. cit. p.59.

<sup>61</sup> Entre los materiales con los que se han fabricado preservativos durante la historia los más populares por su suavidad y disponibilidad han sido las pieles y tripas de animales como ovejas o peces. Además de su uso como anticonceptivo, se empleaban para evitar el contagio de enfermedades, como la sífilis, al mantener relaciones con meretrices y prostitutas. Consúltese: Aguiar A, Almerlo L, et. al. Histo... Op. cit. p.593.

<sup>62</sup> Clavero J. Historia evolutiva de la... Op. cit. p.59.

<sup>63</sup> Aguiar A, Almerlo L, et. al. Historia del ... Op. cit. p 594.

España como anticonceptivos o abortivos. Su consumo suponía un considerable riesgo para la salud debido a la toxicidad de algunas de ellas<sup>64</sup>, actualmente están en desuso.

USO	ESPECIE / SUSTANCIA
ABORTIVO	Ajenjo ( <i>Artemisia absinthium</i> L.), Cal (óxido de calcio), Esparto ( <i>Stipa tenacissima</i> L.), Helecho ( <i>Pteridium aquilinum</i> (L.) Kuhn in Kerst), Lagarto ocelado ( <i>Lacerta lepida</i> Daudin, 1802), Poleo ( <i>Mentha pulegium</i> L.), Sabina ( <i>Juniperus thrifera</i> L.).
ANTICONCEPTIVO	Doradilla ( <i>Asplenium ceterach</i> L.), Ortiga ( <i>Urtica dioica</i> L.), Cebolla albarranca ( <i>Urgina marítima</i> (L.) Baker).

*Tabla 1 Selección de sustancias que fueron empleadas en España como abortivos y anticonceptivos. Elaboración propia a partir de datos recopilados del Inventario Español de los Conocimientos Tradicionales relativos a la Biodiversidad (IECTB), 2014.*

---

<sup>64</sup> Las plantas se consumían generalmente en infusión, con los animales o sus partes se elaboraban friegas o ungüentos, en ocasiones se consumían oralmente. Con la cal se hacían baños de la zona genital femenina. Véase: Pardo de Santayana M, Morales R et al. Inventario Español de los Conocimientos Tradicionales relativos a la Biodiversidad. Madrid: Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente; 2014. [En línea]. [Consultado en junio 2022]. Disponible en: <https://www.miteco.gob.es/es/>

### Capítulo III: “Speculum al joder. Tratado de recetas y consejos sobre el coito.”

En este último capítulo estudiamos con minuciosidad el documento tomado como punto de partida del presente trabajo: “Speculum al joder: Tratado y consejos sobre el coito”, un códice médico-erótico del cuál se estima su origen entre finales del siglo XIV y principios del siglo XV<sup>65</sup>, con autor desconocido. El códice es una traducción al catalán de algún otro manuscrito árabe o hebreo y su interés radica en ser uno de los escasos documentos occidentales que se conservan de esa época sobre dicha temática<sup>66</sup>.

Se conoce la existencia de dos copias manuscritas del tratado original (en catalán), ambas conservadas en la Biblioteca Nacional de Madrid, una de ellas comprendería el documento completo (ms. 3356), el más estudiado y conocido. La otra copia (ms. 10162), abarcaría sólo fragmentos correspondientes a varios capítulos, entendiéndose pues como un extracto de la primera<sup>67</sup>.

Hay indicios sobre un posible origen árabe del texto basados en detalles como la apertura de la escritura del manuscrito, la cual se abre bajo la expresión “Con dix Albafumet”<sup>68</sup>, también por influencias en el léxico, principalmente farmacológico y pasajes y recomendaciones procedentes del *Liber minor de coitu*, de autoría desconocida y del *Liber de coitu*<sup>69</sup> de Constantino el Africano, obras que beben de influencias árabes<sup>70</sup>. También están presentes influencias hindúes en lo referente a la

---

<sup>65</sup> Vicens T. *Speculum al joder: Tratado de recetas y consejos sobre el coito*. (Cod. Bibl. Nac. de Madrid, nº 3356, fols. 35-54). Palma de Mallorca: José J. de Olañeta; 2000. p.9

<sup>66</sup> La obra original, manuscrita, puede verse en la Biblioteca Nacional de Madrid (también online en: <http://bdh-rd.bne.es/viewer.vm?id=0000049016&page=1>). Su traducción al castellano, por Teresa Vicens, profesora titular en el Departamento de Historia del Arte en la Universidad de Barcelona, fue editada por primera vez en 1978, por José J. de Olañeta. Actualmente cuenta con dos ediciones posteriores, la última en el año 2000. Otro autor, Ramón Miquel i Planas realizaba con anterioridad, en 1917, una publicación en catalán de este códice, exquisita y de tirada limitada, destinada a bibliófilos. Véase: Vicens T. *Speculum al joder: ... Op. cit.* p.11.

<sup>67</sup> Alberni A. L’edició en lletra gòtica de l’*Speculum al foder* (1917). *Història d’un misterios exemplar d’infern*. *Rev an Soc Cat de Lleng i lit.* 2006; 17: 257-282.

<sup>68</sup> “Com dix Albafumet” expresión y nombre de origen árabe que viene a citar a una persona de posición respetable. Compárese: Vicens T. *Speculum al joder: ... Op cit* p.9.

<sup>69</sup> Herrero MC., Montero E. *Concepción y ... Op. cit.* p.303.

<sup>70</sup> Alberni A. *L’edició en lletra... Op. Cit.* p.258.

descripción pormenorizada de numerosas posturas sexuales que han de recordar a las definidas en el Kama Sutra<sup>71</sup>.

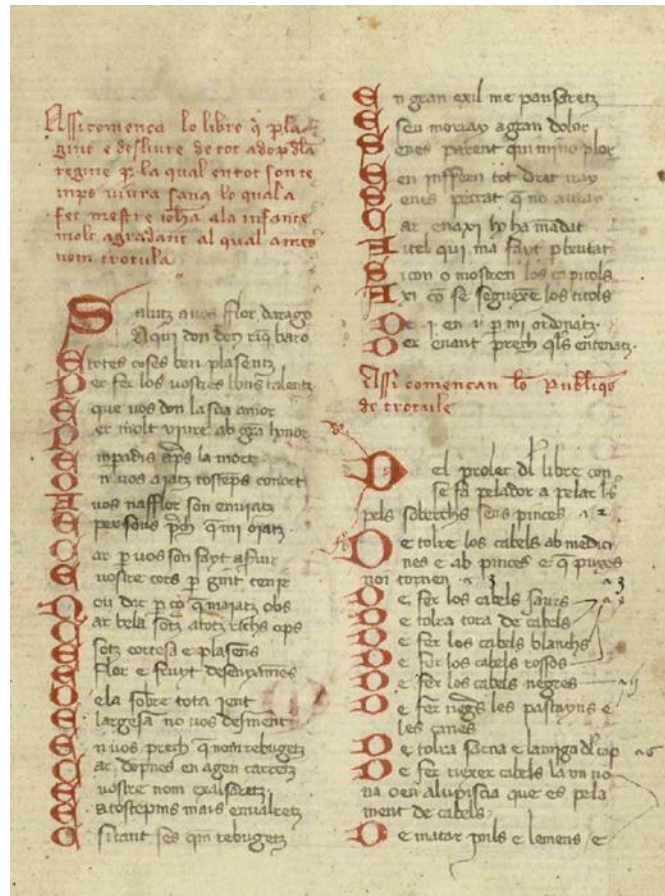


Figura 4. Primera página del manuscrito original. Fuente: Biblioteca Digital Hispánica. Biblioteca Nacional de España. <http://bdh-rd.bne.es/viewer.vm?id=0000049016&page=1>

El manuscrito original no se encuentra de forma individual, sino a continuación de otro<sup>72</sup> llamado Trótula<sup>7374</sup>, podemos deducir que fue a razón de pasar desapercibido, debido a su contenido, ya que a pesar de tratarse como un compendio de interés médico contiene información suficientemente explícita y de carácter obviamente sexual y muy

<sup>71</sup> López L. Un “Kama Sutra” catalán del s. XV. El Speculum al foderi. Ínsula: rev letr y cienc hum. 1992; 542: 3-4

<sup>72</sup> Vicens T. Speculum al joder... Op cit. p.10.

<sup>73</sup> Ibidem. p.10. La autoría del manuscrito “Trótula” se atribuye al Mestre Joan y su contenido es un tratado sobre medicina y cosmética femeninas.

<sup>74</sup> El nombre de Trótula hace referencia a Trótula de Ruggiero, mujer pionera en el campo de la medicina, considerada la primera mujer médico, se estima entre los siglos XII y XIV, procedente de la escuela de Salerno. Especializada en ginecología, escribió varias obras de temática higiénico sanitaria orientada a mujeres. Consúltese: Falivene C. Donne e scienza: Trotula de Ruggiero e la Scuola Medica Salernitana. [Tesis doctoral]. Sevilla. 2016; p.235.

explícito, muy alejada del casto tratamiento esperado, en la época en que fuere traducido, de este tipo de contenido.

La obra que analizamos, de Teresa Vicens, diferencia el texto en dos partes, una que contendría recomendaciones terapéuticas e higiénicas y otra que comprende una serie de consejos sobre el cortejo del sexo femenino y analiza el comportamiento de la mujer, como veremos más adelante, además de incluir una descripción detallada de diversas posturas sexuales<sup>75</sup>.

En la Tabla I se muestra el supuesto índice establecido por el autor<sup>76</sup>.

<i>Índice de capítulos según el texto original de "Speculum al joder".</i>	
I.	Daños por joder mucho.
II.	Remedios para los daños por joder mucho.
III.	Cuando y como joder y protegerse del daño por ello.
IV.	Razones y síntomas por los que dejar de joder.
V.	Curas para los males del capítulo IV.
VI.	Cómo producir y aumentar el esperma.
VII.	Medicinas que aumentan el semen e intensifican o aminoran el joder.
VIII.	Medicinas que benefician la esperma y medicinas que y lavativas que incitan al joder.
IX.	Ungüentos que enderezan y dan fuerza al miembro.
X.	Viandas que ayudan a joder.
XI.	Viandas que ayudan a joder y sistemas para desearlo o aborrecerlo.
XII.	Medicinas que dan placer, excitan, aumentan el deseo y perfuman.

Tabla 2. *Índice de capítulos según el texto original de "Speculum al joder." Elaboración propia.*

En el presente trabajo, sin embargo, analizaremos el texto considerando cuatro apartados, sin menospreciar el prólogo de la autora, siendo estos:

1. Recomendaciones y recetas higiénicas y médicas.
2. Afrodisíacos.
3. Cortejo y conquista: entendiendo al sexo femenino.
4. Recomendaciones posturales: erotismo práctico.

---

<sup>75</sup> Vicens T. *Speculum al joder...* Op. cit. p.9.

<sup>76</sup> Tabla de elaboración propia basada en los capítulos enumerados y descritos por el autor en el "Speculum al joder".

Seguir esta clasificación ha sido con objeto de ser fieles al contenido real del “Speculum”, ya que el autor enmascara parte de la información contenida bajo un solo último capítulo, el doceavo, cuando en realidad de este pueden separarse claramente otros dos capítulos más<sup>77</sup>, uno sobre el cortejo de las damas y otro sobre posturas sexuales.

### **Recomendaciones y recetas higiénicas y médicas. Capítulos I a V.**

En esta parte, orientada al sexo masculino, el autor advierte sobre la necesidad de mantener una higiene y dieta adecuadas, aconseja la frecuencia adecuada con la que ha de practicarse el acto sexual en función de la complexión (fría o caliente y húmeda o seca, según dictaba la medicina hipocrática<sup>78</sup>), estado físico y edad de los varones, con el motivo de evitar la enfermedad y el deterioro global del cuerpo acaecidos por el exceso de sexo, pero también analiza los efectos perjudiciales de la carencia de este.

Un exceso en la práctica causaría un empeoramiento de la salud general del hombre, con síntomas tales como decaimiento de la fuerza y enflaquecimiento de los músculos y órganos, afectaría negativamente en el estado anímico y aceleraría el envejecimiento del individuo<sup>79</sup>, el cuál sería susceptible de sufrir males como la tisis o “dolor de nervios” (SIC). Especial mención hace a los ancianos a quienes aconseja evitar la práctica.

En cambio, la carencia sexual produciría, en aquellas complexiones que requieren una mayor frecuencia del acto: falta de apetito, decaimiento y atrofia de los genitales. además de padecer eyaculaciones nocturnas.

---

<sup>77</sup> Si bien al inicio del manuscrito el autor original enumera una serie de capítulos (12 en total), en el desarrollo del texto podemos observar como el último capítulo (XII) abarca más de lo anunciado, pues presuntamente sólo describiría afrodisiacos, no obstante, contiene además la parte erótico-práctica. Véase más en: Vicens T. *Speculum al joder...* Op. cit. p.15-16.

<sup>78</sup> En la época en la que data el libro la salud se entendía a razón de la medicina hipocrática, concretamente observamos varias referencias a los diferentes humores corporales. La teoría médica basada en los humores comprende el cuerpo humano como un ente compuesto de cuatro humores: lo seco, lo húmedo, lo frío y lo caliente, que si se desequilibran dan lugar a la enfermedad. Compárese: Albi J.C. *La concepción antropológica de la medicina hipocrática*. Enfoques: rev uni adv del plata. 2004; 16:5-30.

<sup>79</sup> Cf. Vicens T. *Speculum al joder...* Op. cit. p.17-19.



Para recuperar la vitalidad mermada a causa del “joder” se recomienda reposo, una alimentación rica (como podemos observar detalladamente en la Tabla 2<sup>80</sup>), en la que se incluyen alimentos calientes y ricos en proteínas como la carne, vino, y atemperar el cuerpo con baños y ropa. En cambio, cuando lo pretendido es disminuir los llamados “humores” demasiado calientes<sup>81</sup>, asociados al deseo sexual elevado, lo recomendado son alimentos húmedos o fáciles de digerir que enfríen el cuerpo tales como: hortalizas y frutas, carnes de ave, pescado, vino diluido y uvas, entre otros<sup>82</sup>.

<i>Tipo de complexión / estado físico</i>	<i>Alimentos recomendados</i>
Fría y seca	Pan, trigo, carne de cordero. Vino rojo dulce. Miel azúcar y especias (jengibre, canela y pimienta) Evitar: pescado y hortalizas, carne de ave.
Caliente y húmeda	Todos los alimentos, muchas especias (jengibre, canela), vino fuerte.
Ancianos, convalecientes, hombres que trabajan mucho.	Carne de ave, especias, vino de pasas, oliente o con miel. Vino blanco o aguado. Yema de huevo, pan, caldo. Hortalizas, fruta, pescado, tuétano, leche fresca, agua fría.

*Tabla 3 Recomendaciones alimenticias para evitar la enfermedad por exceso de práctica sexual. Fuente: Vicens T. Speculum al joder, 2000.*

Además de las recomendaciones dietéticas, en estos primeros capítulos encontramos recetas de ungüentos y remedios medicinales, a base de plantas y partes de animales, orientados a paliar los efectos adversos tanto de la práctica como del exceso de deseo sexual. Así para el debilitamiento postcoital se mencionan plantas como el cilantro, sándalo, achicoria, incienso, manzana, membrillo y mirto, aceites esenciales tales como

<sup>80</sup> Tabla de elaboración propia en la que se detalla el tipo de alimento recomendado para los distintos tipos de complexiones afectados por exceso de práctica sexual.

<sup>81</sup> Vicens T. Speculum al joder... Op. cit. p.21.

<sup>82</sup> Vicens T. Speculum al joder... Op. cit. p.22-22.

el de rosas y violetas, no tomar baños ni agua fría. Se citan otras tantas patologías y sus remedios como el ardor postcoital o el dolor de cabeza.

Advierte no practicar el sexo estando cansado, sin hacer la digestión o con mucho calor, ni después de haber perdido sangre. Tampoco si esta enfadado o preocupado, ni tras grandes emociones. Si se recomienda cuando hay mucho deseo y se siente cargado de semen (SIC) pues al hacerlo se satisface al cuerpo<sup>83</sup>.

En su defensa a la práctica, el autor cita a Hipócrates y Galeno, haciendo apunte sobre los efectos perjudiciales de la abstinencia<sup>84</sup>.

### **Afrodisíacos. Capítulos IV a XII.**

En este capítulo se hace acopio de remedios ante problemas como la disfunción eréctil causada, según el autor, por escasez de espermatozoides o por debilidad, referida como falta de deseo o voluntad. Se señalan dos tipos de afecciones, espirituales o naturales, siendo las primeras las que afectan psicológicamente como la timidez, el temor o preocupaciones, cuya solución es averiguar y eliminar el problema y las segundas, las fisiológicas, que define como naturales<sup>85</sup>, que pueden solventarse usando los remedios que veremos a continuación<sup>86</sup>.

Como podemos observar en la Tabla 3<sup>87</sup>, existen variedad de alimentos<sup>88</sup>, condimentos y medicinas cuyo uso se traduce en un aumento de la producción y cantidad de semen,

---

<sup>83</sup> Vicens T. Speculum al joder... Op. cit. p.26-27.

<sup>84</sup> Vicens T. Speculum al joder... Op. cit. p.28-30.

<sup>85</sup> Entre las causas naturales se discriminan las relacionadas con afecciones del cerebro, corazón, hígado o del estómago, para solventar estas causas habría de tomarse las viandas pertinentes que curen estos órganos, las cuales no se especifican pues para el autor ya existe una extensa bibliografía dedicada a ello. Consúltese: Vicens T. Speculum al joder... Op. cit. p.35.

<sup>86</sup> En el libro, además, se advierte que para poder tener relaciones de forma satisfactoria y no perjudicial han de estar en equilibrio estos tres humores fundamentales : la temperatura natural, que tiene que ser fuerte, así como la humedad y un nivel aceptable de ventosidad. Si hay disminución en alguno de estos la cura sería tomar cosas húmedas para aumentar la humedad o calientes para la temperatura, en cambio para aumentar la ventosidad precisaríamos curas secas y frías. Véase: Vicens T. Speculum al joder... Op. cit. p.30-31.

<sup>87</sup> Tabla de elaboración propia basada en remedios y recetas procedentes del libro Speculum al joder”.

<sup>88</sup> Pijoan M. Afrodisíacos, ¿mito o ...Op. cit. p.146-156.

lo cual es necesario para poder dar fuerza al miembro y aumentar la fortaleza del varón de cara a las relaciones sexuales.

<b>AUMENTA</b>		<b>Viandas y medicinas.</b>
	Producción de semen	Cosas calientes y húmedas en igual cantidad.
	Cantidad de semen	Viandas húmedas, calientes y con ventosidad: garbanzos, nabos, zanahorias. Si falta una de las 3 cualidades combinar viandas: habas o carnes grasas y tiernas (humedad y ventosidad) mezclarse con jengibre, cebolla, pimienta, satirión, simiente de zanahorias u ortigas, orégano, orugas (cosas calientes). Cuerpos calientes y húmedos: cosas grasas para aumentar ventosidad (carne de cordero, hígado de gallina, huevos de gorrión y mirlo, ánades).
	Ambos casos	Viandas: alfóncigos, leche con ferrogreco, ánades, perdices, badeas e higos. Medicinas: anís, satiriones, azafrán, balsamita, mastuerzo, zamarrilla, almizcleña, grasa de león, testículos de asno, leche de vaca, simiente de algodón, de alholva, alcaravea y castor.
<b>DISMINUYE</b>	Disminuye esperma (evitar consumo)	Cosas calientes y secas (ruda, bigana y similares).
	Congela el esperma	Cosas muy frías (flor del sauce, beleño, canfora) y secantes (algarrobos, lentejas, orégano, palmito, cosas agrias, verdolaga, acelgas).

Tabla 4. Remedios para aumentar producción y cantidad de semen. Elaboración propia. Fuente: Vicens T. *Speculum al joder*, 2000.

Además de los alimentos mencionados en la tabla anterior, en la obra que nos atañe podemos encontrar numerosas recetas con ingredientes con contrastado poder

afrodisíaco<sup>89</sup> y recomendaciones específicas para su correcta dosificación, para aumentar el deseo, la fuerza eréctil y como vimos, el semen producido.

Como ejemplo, se recomienda el consumo, durante varios días, de alguna de estas recetas: beber leche de vaca aderezada con canela<sup>90</sup>, masticar un emplasto de espárragos mezclados con jengibre<sup>91</sup>, satiriones y draganto<sup>92</sup>, también consumir abrojos<sup>93</sup> pulverizados y mezclados en su jugo, aderezados con jengibre y azúcar o mezclados con leche y jengibre.

Además de las recetas por vía oral, se describen una serie de lavativas que contienen, además de los condimentos ya mencionados, garbanzos, carnes grasas como el cordero, aceites de semillas, laurel y hortalizas como el nabo<sup>94</sup>. También así se enumeran varios ungüentos para realizar frotamientos del miembro o para aplicar en varias zonas del cuerpo, conteniendo estos diversos y variopintos ingredientes: variedad de aceites, como el de canela, lirio o nardo, componentes de origen animal como cola de ciervo, sebo de buey y también miel y mostaza<sup>95</sup>.

---

<sup>89</sup> Pijoan M. Afrodisíacos, ¿mito o ... Op. cit. p.147.

<sup>90</sup> La canela, una especia oriental cuyo uso como afrodisíaco, usándose a modo de condimento, está ampliamente extendido en diversas culturas. Consúltese: Pijoan M. Afrodisíacos, ¿mito o ... Op. cit. p.154.

<sup>91</sup> El jengibre es una planta parecida al lirio, cuya raíz ha sido ampliamente usada como condimento, en parte por sus muchos beneficios para la salud, entre ellos su poder afrodisíaco, que ha sido apreciado desde tiempos antiguos. Véase: Siedentopp U. El jengibre, una planta medicinal eficaz como medicamento, especia o infusión. Rev Int de acup. 2008; 2(3): 188-192.

<sup>92</sup> Draganto es la goma de tragacanto, un líquido blanquecino que fluye de manera natural del arbusto con el mismo nombre, muy usado en la industria alimentaria y farmacéutica. Consúltese: Real Academia Española. Tesoros de los diccionarios históricos de la lengua española. Inéditos Diccionario histórico de la lengua española (1933-1936). [En línea] [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: <https://www.rae.es/tdhle/dragacanto>.

<sup>93</sup> El abrojo es una planta herbácea cuyo efecto afrodisíaco deriva de que su consumo causa un aumento en la producción de testosterona. Véase: Van der Berg E. Afrodisíacos: ¿Viagra para tomar con cuchillo y tenedor?. El País (Madrid). 20 de febrero de 2016. [En línea]. [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: [https://elpais.com/elpais/2016/02/10/buenavida/1455096132\\_951688.html](https://elpais.com/elpais/2016/02/10/buenavida/1455096132_951688.html).

<sup>94</sup> Entre las creencias más arraigadas acerca de los elementos que aumentaban la libido estaba la de consumir alimentos con forma faliforme, asumiendo que los alimentos con formas similares a un miembro u órgano serían beneficiosos para este. Véase: Pijoan M. Afrodisíacos, ¿mito o ... Op. cit.147.

<sup>95</sup> Vicens T. Speculum al joder... Op. cit. p.41-43.

Para finalizar el capítulo, se recomiendan alimentos tales como cebolla, espárragos, yemas de huevo, carne de cordero, huevas de pescado, pollo y garbanzos, acompañados siempre con vino. Estos alimentos se recomiendan por su poder afrodisíaco o bien por su valor energético como es el caso de los de origen animal, ricos en proteína y grasa.

### **Cortejo y conquista: entendiendo al sexo femenino. Capítulo XII.**

Esta sección de la obra, la más escueta, se realiza una síntesis de la psique femenina, de forma que el varón lector pueda llevar a cabo el cortejo de la dama deseada con resultados satisfactorios.

Además de facilitar el entendimiento de las féminas y verter variedad de consejos para la conquista amorosa<sup>96</sup>, se establece un estándar sobre lo social y físicamente adecuado y necesario para ser sexualmente deseable y un pretendiente aceptable. Así, por primera vez en la obra, el enfoque y los requisitos están orientados a ambos sexos, no sólo en el masculino, dando especial importancia a la higiene, el comportamiento y la apariencia de hombres y mujeres.

Según el autor, los hombres que serán exitosos en la conquista serán aquellos agradables, atentos, limpios, perfumados y aparentemente bien posicionados, pues como apunta, aquellos hombres que aun ostentando una buena posición económica y social no tengan consideración por los deseos y necesidades de la mujer no tendrán la menor oportunidad de alcanzar su amor. Aquellos varones con temperamento hostil, celosos y avariciosos tampoco tendrán éxito con el sexo opuesto.

Desde el otro lado, las mujeres no quedan invictas, el estándar de “mujer de bien” que han de cumplir consiste en ser físicamente agraciadas, racionales y tiernas, limpias y nobles o de temperamento blando. Aun así, advierte que existen pocas mujeres que cumplan estas características y que a pesar de ello los hombres las necesitan y aman por igual<sup>97</sup>. Además de estos estándares, clasifica a las mujeres por edad, diferenciando

---

<sup>96</sup> El análisis del comportamiento de ambos sexos y la higiene recomendadas en el *Speculum* tienen muchos puntos en común con las recomendaciones presentes en el libro de las artes amatorias por excelencia, el *Kama Sutra*, ello, junto con las descripciones posturales, entre otros detalles demuestra la gran influencia de esta obra hindú dentro del *Speculum* al joder. Consúltese: Vatsyayana M. *Kama Sutra*. Libros en red. 2011.

<sup>97</sup> Vicens T. *Speculum al joder...* Op. cit. p.46-48.

cinco etapas (la primera, la niñez, la segunda hasta los veinte años, la tercera hasta los treinta, la cuarta hasta los cuarenta y la quinta hasta que se retira el periodo (SIC)). Fija la edad adulta en la tercera etapa y el final de la validez sexual a partir de la quinta.

Continúa desgranando la figura femenina escudriñando las etapas del periodo menstrual, lo cual resulta de importancia si se desea engendrar un hijo o conocer cuándo tendrá la mujer mayor deseo sexual. Además, aporta ciertos consejos que permitirían discernir cuando una mujer está enamorada y cómo cortejar a las mujeres a través de una celestina o casamentera, especificando incluso las características que ha de cumplir esta recadera para que ejerza su función de la forma mas eficiente y menos problemática posible, los regalos, el pago y los mensajes que deben mandarse.

Por último, desvela las cualidades masculinas que, según testimonios de otras mujeres, son más apreciadas para el sexo femenino: estas serían tener un pene de buen tamaño y erecto y una talla corporal media<sup>98</sup>.

En el caso de las cualidades femeninas deseadas por ellos son más específicas y numerosas: pelo, cejas, pestañas y ojos muy negros, mejillas, lengua y labios rojos, dientes, rostro y piernas blancas, boca, pechos y pies estrechos, nariz, cejas y costillas delgadas, ojos, pechos y nalgas grandes, cabeza, cuello y piernas redondas y boca, nariz, axilas y zona genital perfumadas (SIC).

Como en el resto de la obra sorprende la inexistente censura, pues el motivo principal de este tratado es ilustrar detalladamente todos los aspectos relacionados con la vida sexual cotidiana y como tal trata todos y cada uno de sus aspectos con total y franca naturalidad, desde un enfoque, no obstante, masculino.

### **Recomendaciones posturales: erotismo práctico. Capítulo XII.**

En la última parte del tratado, introducida de forma discreta, encontramos la descripción pormenorizada de diversas posturas sexuales, cuyo objetivo es asegurar la satisfacción mutua de ambos componentes de la pareja. Comienza relatando como aparece el deseo sexual y el clímax en la mujer y cuándo es más acentuado, como por ejemplo en el sexto mes de embarazo (SIC), apunta además que tipo de complexiones son más dadas a las

---

<sup>98</sup> Vicens T. Speculum al joder... Op. cit. p.51-52.

relaciones sexuales y describe la utilización de consoladores rudimentarios fabricados con cuero y algodón<sup>99</sup> denominado “gedoma”<sup>100</sup>.

No sólo desentraña los pormenores de las diferentes posturas amatorias, si no que además refiere la utilidad de juegos preliminares a las relaciones sexuales, los que advierte son convenientes y en ocasiones necesarios para encender el deseo en la mujer. En gran parte del texto se advierten las influencias hindúes, a través de las diversas posturas inspiradas en el Kama Sutra<sup>101</sup>, además de influencias árabes, relacionadas con los juegos eróticos mencionados, siempre orientados al disfrute y satisfacción tanto de hombres como mujeres<sup>102</sup>.

Son al menos veinticuatro las posiciones descritas, precedidas por cuatro principales, las más corrientes (el hombre sobre la mujer, él detrás de ella de lado, de pie y ella tumbada con las piernas en alto) y tras ellas se relatan una tras otra diferentes y variadas posiciones perfectamente detalladas. Por ejemplo, una de las formas de practicar el coito de pie sería agarrando la mujer el cuello del hombre y con las piernas alrededor de la cintura del amante, mientras este le sujeta por las nalgas.<sup>103</sup>

Ciertamente, aunque a lo largo del tratado se puede observar la inexistencia de pudor o recato, esta última parte es de las más explícitas, lo cual sorprende por la época en la que se traduce, justificándose que el manuscrito se encuentre “disfrazado” a continuación de otro de temática totalmente dispar y se presente como un tratado médico.

---

<sup>99</sup> Vicens T. *Speculum al joder...* Op. cit. p.55.

<sup>100</sup> El nombre de estos consoladores medievales hace referencia a la piel con la que están fabricados, siendo esta piel de oveja curtida, con tacto suave y resistente, cualidades que la hacían adecuadas para dicho uso, al igual que para la confección de guantes. Véase: Cantizano F. *Eros prohibido: transgresiones femeninas en la literatura española anterior al siglo XVIII*. Univ Complut de Madrid. AnMal Electrónica 2012; 32.

<sup>101</sup> López L. Un “Kama-Sutra” cat... Op. cit.

<sup>102</sup> Grandes autores como Avicena y Averroes dejaron constancia del rico conocimiento sobre las artes amatorias del que gozaba la cultura árabe, además existen textos árabes traducidos por Constantino el Africano dedicados de manera íntegra a la sexualidad que dejaron constancia de ello y de los que ha bebido el mundo occidental durante siglos. Consúltese: Martos A. *Historia medie...* Op. cit. p.104-118.

<sup>103</sup> En el Kama Sutra esta sería la denominada “unión suspendida”, que forma parte de las “uniones extraordinarias”. Véase: Vatsyayana, M. *Kama Sutra...* Op. cit. p.20.

## CONCLUSIONES

1.

El desarrollo de la sexualidad, a pesar de representar una parte importante de la vida, ha estado supeditado a condicionamientos morales, políticos y religiosos a lo largo de la historia. Esta disparidad podemos observarla en la forma en que se ha divulgado el saber sexual en las diferentes sociedades, desde Egipto a Roma, donde el sexo gozaba de una benévola reputación, o en Oriente, donde las culturas china, hindú y árabe trataron de forma extensa y enriquecedora todo lo relacionado con el ámbito sexual, prueba de ello es el tamaño y la diversidad del legado aportado por estas civilizaciones, que ha quedado en forma de obras literarias o pictóricas. Por último, la comunidad occidental ha sido la más cauta, como hemos podido observar con la represión y la censura cristiana desde bien entrada la Edad Media, la sexualidad en esta parte del mundo ha sido visualizada desde un punto de vista reproductivo, científico y frío, censurando el placer. Ello ha perjudicado no solo a la sexualidad, también al papel de la mujer en la sociedad, relegada al entorno del hogar y cuyo papel en la vida respondía únicamente al de engendrar descendencia. Hoy día aún existe cierta reticencia a la hora de tratar los temas del ámbito sexual, no obstante, progresivamente avanzamos a una apertura de las mentalidades respecto a estos temas, muy necesaria, tanto en materia de educación como en relación a la libertad sexual y social de las personas.

2.

Se han escrito ríos de tinta sobre sustancias con efectos sobre la fertilidad o el deseo sexual, como ejemplo, los afrodisíacos, sustancias con poder sobre la libido y la potencia sexual, usualmente rodeados de un halo de misticismo, creencias, incluso asociados a ritos religiosos y paganos, han sido profundamente estudiados por las culturas orientales, seguidos con recelo y a menudo presos de la censura de occidente, pero lo cierto es que, públicamente o bajo un velo de ocultismo, se han usado e investigado por todas las civilizaciones desde los albores de la humanidad. Al igual que ha sucedido con contraceptivos u abortivos, se atribuían estas propiedades a innumerables objetos y sustancias, como fragmentos de plantas, animales y minerales, también a ciertos aromas, demostrándose a lo largo del tiempo la autenticidad de su poder, o su inutilidad en otros casos, siendo primero la experiencia popular y más tarde la investigación científica quienes avalaran o derrocaran sus capacidades.



3.

“Speculum al joder: Tratado y consejos sobre el coito” podemos decir que es un documento único y peculiar, digno de apreciación al aventurarse en divulgar un tema como el sexual de forma tan natural y cruda, dada la datación de la obra. Transfiere, con su traducción del código árabe original, conocimientos y consejos higiénicos, dietéticos, médicos y de lo que hoy día clasificaríamos como educación sexo-afectiva a un público previsiblemente masculino en una casta y pudorosa Edad Media española.

Su autoría, anónima y el lugar de su hallazgo casi disimulado, al encontrarse como continuación de otro de temática muy dispar, junto con el enmascaramiento claramente intencionado de su contenido, al no dejar constancia de la totalidad de sus apartados en el índice inicial, deja entrever que entre sus contemporáneos de haberse publicado individualmente hubiere sido bien censurado o denostado por autoridades como la eclesiástica.

## BIBLIOGRAFIA

- Aguiar A, Almerlo L, Lazo H, Giniera M, Rivera R. Historia del condón y otros métodos anticonceptivos. *Rev med electron.* 2019; 41(2): 588-597.
- Alberni A. L'edició en lletra gòtica de l'Speculum al foder (1917). *Història d'un misterios exemplar d'infern.* *Rev an Soc Cat de Lleng i lit.* 2006; 17: 257-282.
- Albi J.C. La concepción antropológica de la medicina hipocrática. *Enfoques: rev uni adv del plata.* 2004; 16:5-30.
- Anónimo. Comida afrodisíaca en la antigüedad. 2015. [En línea]. [Consultado en mayo 2022]. Disponible en: <http://historsex.blogspot.com/2015/02/comida-afrodisiaca-en-la-antiguedad.html>
- Cantizano F. Eros prohibido: transgresiones femeninas en la literatura española anterior al siglo XVIII. *Univ Complut de Madrid. AnMal Electrónica.* 2012; 32.
- Clavero J. Historia evolutiva de la anticoncepción. *Anales Ramn.* 2018: 135 (01): 56-59.
- De la Puerta J. Medicina, y cirugía racional, y espargirica: sin obra manual de hierro, ni fuego. Sevilla;1722. [En línea]. [Consultado en mayo 2022]. Disponible en: <https://archive.org/details/A079047/page/n1/mode/2up>
- Del Valle A. Historia farmacéutica del azafrán. *Rev cent asoc a la UNED ciud de la ceram.* 2006; 6: 203-306.
- Falivene C. Donne e scienza: Trotula de Ruggiero e la Scuola Medica Salernitana. [tesis doctoral]. Univ de Sevilla. 2016.
- Fredotovich N. Historia del abordaje de los problemas sexuales. *Rev arg de urol.* 2005; 70(2): 80-85.
- Foucault M. La historia de la sexualidad I. La voluntad de saber. Madrid: Siglo XXI de España editores S.A; 1998.
- Godinez-Vidal D. Las plantas del amor. *Biot en movim.* 2019; 16: 24-29.
- González I. El fruto del deseo: Connotaciones sexuales de la mandrágora desde Egipto a la Edad Media. *Rev Dig de Iconog Mediev.* 2017; 9(17): 61-79.

- Herrero MC, Montero E. Concepción y erotismo en la literatura médica medieval. Cuad Fil Clás Estud Lat. 2012; 32(2): 299-314.
- Jara J, Lledó E. Medicina sexual en la historia. Avances y controversias (Parte D). Rev int andro. 2013; 11(3): 107-114.
- Martos A. Historia medieval del sexo y el erotismo. Madrid: Ed. Nowtilus S.L; 2008.
- Mataix J, Barrancho F. Hortalizas y verduras en la alimentación mediterránea. Almería: Universidad de Almería; 2007.
- Montero E. Liber minor de coitu: tratado menor de andrología salernitano anónimo. Edición crítica, traducción y notas. Valladolid: Ediciones Universidad de Valladolid; 1987.
- López L. Un “Kama-sutra” catalán del s. XV. El speculum al foderi. Ínsula: rev letr y cienc hum. 1992; 542: 3-4.
- Lucena M. La dietética afrodisíaca a través del manifiesto de los secretos del coito de Al-Šayzari (s. XIII). Univ de Málaga. Anu de estu mediev. 2021; 51(2): 781-800.
- Moral P. Frígidos y maleficiados. Las mujeres y los remedios contra la impotencia en la edad media. Rev de his de la med y de la cie. 2012; 14 (2): 353-372.
- Nadales MJ. La sexualidad femenina en la edad media. Jaén. XI Congreso virtual sobre la historia de las mujeres. 2019; 28: 539-555. [En línea]. [Consultado en mayo 2022]. Disponible en: [https://www.revistacodice.es/publi\\_virtuales/xi\\_congreso\\_mujeres/xi\\_congreso\\_mujer.htm](https://www.revistacodice.es/publi_virtuales/xi_congreso_mujeres/xi_congreso_mujer.htm)
- Pijoan M. Afrodisíacos, ¿mito o realidad? OFFARM. 2002; 21(9): 146-156
- Pardo de Santayana M, Morales R, Aceituno-Mata L et al. Inventario Español de los Conocimientos Tradicionales relativos a la Biodiversidad. Madrid: Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente; 2014. [En línea]. [Consultado en junio 2022]. Disponible en: <https://www.miteco.gob.es/es/>

- Real Academia Española: Diccionario de la lengua española, 23.<sup>a</sup> ed., versión 23.5. [En línea]. [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: <https://dle.rae.es>
- Real Academia Española. Tesoros de los diccionarios históricos de la lengua española. Inéditos Diccionario histórico de la lengua española (1933-1936). [En línea]. [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: <https://www.rae.es/tdhle/>
- Recio F. Afrodisíaco: Receta y etimología. [En línea]. [Consultado en junio 2022]. Disponible en: <https://www.quedeseconelcambio.com/afrodisiaco-receta-y-etimologia/>
- Schatzmann M. Consideraciones acerca del erotismo en la investigación y la poesía del siglo XVI. Cuad de filol hisp. 2003; 21: 281-300.
- Siedentopp U. El jengibre, una planta medicinal eficaz como medicamento, especia o infusión. Rev Int de acup. 2008; 2. (3): 188-192.
- Van der Berg E. Afrodisíacos: ¿Viagra para tomar con cuchillo y tenedor? El País (Madrid). 20 de febrero de 2016. [En línea]. [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: [https://elpais.com/elpais/2016/02/10/buena vida/1455096132\\_951688.html](https://elpais.com/elpais/2016/02/10/buena vida/1455096132_951688.html)
- Vatsyayana M. Kama Sutra. Libros en red. 2011.
- Vicens T. Speculum al joder: Tratado de recetas y consejos sobre el coito: (Cod. Bibl. Nac. de Madrid, nº 3356, fols. 35-54). Palma de Mallorca: José J. de Olañeta; 2000.
- Vallano A. Medicamentos afrodisíacos. ¿Existen pruebas sobre su eficacia? Proyección social del medicamento. Fundación Dr. Antoni Esteve (Barcelona). 2018. [En línea]. [Consultado en agosto 2022]. Disponible en: [https://www.esteve.org/ca/capitulos/3-medicamentos-afrodisiacos-existen-pruebas-sobre-su-eficacia/?doing\\_wp\\_cron=1661798108.8800649642944335937500](https://www.esteve.org/ca/capitulos/3-medicamentos-afrodisiacos-existen-pruebas-sobre-su-eficacia/?doing_wp_cron=1661798108.8800649642944335937500)
- Vera-Gamboa L. Historia de la medicina. Historia de la sexualidad. Rev biomed. 1998; 9: 116-121.
- Whitman J. El poder psíquico de las plantas. Barcelona: Ediciones Martínez Roca; 1980.