

## Gladiadores e seus bastidores: A dieta do gladiador

Escrito por Bruno Mosconi Ruy

Qui, 06 de Setembro de 2012 08:43 - Última atualização Qui, 06 de Setembro de 2012 08:49

---

A partir de hoje, sob as traduções da aluna e pesquisadora Thais Aparecida Bassi Soares, o Laboratório de Estudos Antigos e Medievais divulgará uma sequência de pequenos artigos focados nos bastidores da vida - e da morte - de um gladiador. Abriremos essa sequência com o texto " *A dieta do gladiador*", de Andrew Curry.

\*\*\*



O Café Westend, localizado no outro lado da rua da Estação de Comboios de Viena, é um ponto de referência da cidade. Suas poltronas forradas com feltro verde, seus garçons em ternos enrugados, viram muitas coisas ao longo dos anos. Mas, quando ele concordou em me encontrar ali e não no seu laboratório, na periferia da cidade, Karl Grossschmidt, um paleo-patologista da Universidade de Viena, prometeu que me mostraria algo novo, até mesmo para este café centenário. Deixando de lado as xícaras de capuccino e um *croissant* seco, Grossschmidt certificou-se que o garçom estava fora de vista. Então, estendeu a mão, e pegou uma pequena caixa de papelão branca, de dentro uma sacola de mercado. Em meio a toalhas de papel amassadas, um crânio sem mandíbulas. Grossschmidt o levanta gentilmente, passado a mim e advertindo: "

*não o deixe cair - é real*"

Com as duas mãos, eu pego o crânio de um gladiador romano, que viveu, lutou e morreu há mais de 1800 anos, em Éfeso, hoje território da Turquia Ocidental. Enterrado em um terreno de cerca de 200 metros, juntamente com outros sessenta companheiros, na estrada que ligava o centro da cidade ao Templo de Ártemis, considerado uma das Sete Maravilhas do Mundo Antigo. O recente estudo dos ossos, do único cemitério de gladiadores conhecido no mundo, preenche as lacunas das fontes literárias e registros arqueológicos sobre como o gladiador teria morrido. Contudo, a maior revelação saída do cemitério de Éfeso é aquela que nos revela

## Gladiadores e seus bastidores: A dieta do gladiador

Escrito por Bruno Mosconi Ruy

Qui, 06 de Setembro de 2012 08:43 - Última atualização Qui, 06 de Setembro de 2012 08:49

---

como o gladiador se mantinha vivo: uma dieta vegetariana, rica em carboidratos e ocasionalmente complementada em cálcio.

Relatos contemporâneos sobre a vida dos gladiadores por vezes se referem aos guerreiros como *hordearii* – literalmente “homem da cevada”. Grossschmidt e seu colaborador, Fabian Kanz, submeteram pedaços de matéria óssea a uma análise isotópica, técnica que mede os traços de elementos químicos, como cálcio, estrôncio e zinco, para ver se descobririam o por que dessa denominação.

Os resultados foram surpreendentes. Em relação a um habitante médio do Éfeso, o gladiador consumia muitas plantas e pouca proteína animal. A dieta não estava relacionada com a pobreza ou com os direitos dos animais. Gladiadores, ao que parece, eram gordos. Consumir uma grande quantidade de carboidratos simples, como a cevada, e leguminosas, como o feijão, era o indicado para sobreviver na arena. Embalados em carboidratos e, portanto, embalados nos quilos a mais: “*Gladiadores precisavam de gordura subcutânea*”, explica Grossschmidt. Uma capa estratégica de gordura protege de cortes, e também protege os nervos e vasos sanguíneos numa luta.

Um gladiador magro com certeza morreria, e conseqüentemente o *show* seria ruim. “*Ferimentos superficiais traziam consigo um aspecto mais espetacular*

”, diz Grossschmidt. “

*Se eu for ferido apenas na camada de gordura, posso lutar. Não machuca muito, e para os espectadores parece ótimo*”.

Mas uma dieta de cevada e legumes teria deixado os lutadores com um sério déficit de cálcio. Para manter os ossos fortes, os documentos históricos afirmam, que eles se serviam de fermentados torpes de madeira queimada ou cinzas de ossos, ambos ricos em cálcio. Qualquer que seja a fórmula exata, Grossschmidt diz que os níveis de cálcio nos ossos dos gladiadores são “exorbitantes” se comparados aos da população em geral. “*Muitos atletas hoje precisam de suplementos de cálcio*”,

argumenta. “

*Eles também sabiam que precisavam*

”.

Isso não quer dizer que a vida – ou a morte – de um gladiador era agradável. Muitos dos homens estudados pela equipe de Grossschmidt, morreram, após sobreviver a vários golpes

## Gladiadores e seus bastidores: A dieta do gladiador

Escrito por Bruno Mosconi Ruy

Qui, 06 de Setembro de 2012 08:43 - Última atualização Qui, 06 de Setembro de 2012 08:49

---

na cabeça. “*A proporção de ferimentos no crânio foi surpreendente, mesmo que a maior parte dos gladiadores usasse capacete*”, diz Coleman Harvard. Gladiadores normalmente lutavam um a um com a armadura e os armamentos projetados para dar vantagens opostas. Por exemplo, um guerreiro ágil, levemente armado com uma rede e um tridente, e sem capacete, enfrentava outro guerreiro mais lento, que por sua vez usava um capacete enorme e um escudo longo e espesso. Três dos crânios de Éfeso foram perfurados por tridentes, armas usadas apenas por gladiadores. Dez foram esmagados por objetos não cortantes, talvez golpes de misericórdia com um martelo.

Outras lesões ilustram a morte ideal de um gladiador, que finalmente aceita o golpe de misericórdia. Marcas de cortes em quatro dos homens eram evidências de um final dramático. “*Quando eles perdiam e encontravam-se de bruços, seus oponentes os golpeavam através do ombro, até o coração*”, diz Grossschmidt. “*Nós também descobrimos vértebras com marcas de corte. Elas seriam feridas penetrantes de espada, cortando da garganta ao coração*”.

[Fonte](#) .