

## COME ERAVAMO

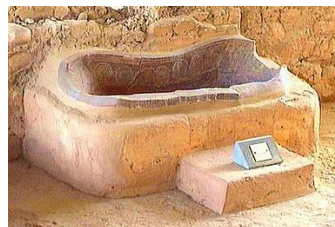
### 6 – L'igiene nel tempo

*Di Luigi Gentile*

Nel palazzo reale di Cnosso (circa 1700 a.C.) vi erano sale con vasca da bagno in ceramica dipinta, appartenenti al re ed alla regina, vi erano le latrine ed anche la locanda accanto al palazzo era munita di servizi igienici con lavapiedi.



Vasca della regina



Vasca della regina



Vasca da bagno

In Grecia il concetto di benessere, legato all'attività fisica e soprattutto all'igiene, fu assimilato principalmente ai nomi di Erodico, Ippocrate e Galeno; il primo diede origine al *Gymnasium*, destinato alla promozione dell'igiene, della salute e del benessere, mentre gli altri scrissero importanti trattati su questi argomenti.

I Greci antichi non conoscevano il sapone, ma utilizzavano una miscela (copiata dagli Egizi) di cenere e argilla. Tutti passavano molto tempo al *Gymnasium* ed erano soliti, dopo il bagno, farsi massaggiare con olio d'oliva profumato, che rimuovevano con lo *strigile*.



Strigili con scodellino

Altri sistemi per eliminare le impurità della pelle erano il latte, il bicarbonato di sodio e miscugli di sabbia e orzo, il tutto veniva rimosso con il solito raschietto; dopo il bagno le donne usavano creme per dare colore al viso e fuliggine per scurire le ciglia. Aristofane ci fa sapere che, sempre per questioni di igiene, le donne erano solite depilarsi completamente, come quasi ovunque nell'antichità.

Oltre l'utilizzo di una fascia che fungeva da reggiseno da parte della donna (tainia o mitra), i Greci non facevano un grande uso di biancheria intima, il che riduceva drasticamente l'igiene personale; mentre al *Gymnasium* ed in casa avevano un vero culto per l'igiene, fuori casa seminavano escrementi dove capitava ed anche l'abbigliamento non veniva cambiato e lavato molto spesso; in compenso molto sentita era l'igiene orale e, per sfoggiare un sorriso fresco, si faceva uso di un impasto di sale, miele e rosmarino.

Parlare di igiene personale nel mondo romano sembra superfluo, in quanto tutti i cittadini avevano al riguardo un tale comportamento che, anche nell'odierno, epoca di grandi abluzioni e docce, non siamo in grado di eguagliare.

I Romani dei tempi arcaici solevano lavarsi tutte le mattine le braccia e le gambe e, ogni nove giorni, in occasione del giorno di mercato, il resto del corpo.

In seguito praticarono non solo il lavaggio del corpo in senso stretto, ma tutta una serie di attività igieniche aperte a tutti, che venivano espletate nelle terme: nuoto, attività atletica, massaggi, saune.

Molto presto a Roma ed in tutte le città dell'impero furono costruite le terme e le latrine, continui furono gli sforzi per dotarle di acquedotti e di canali di scarico



Terme di Bath

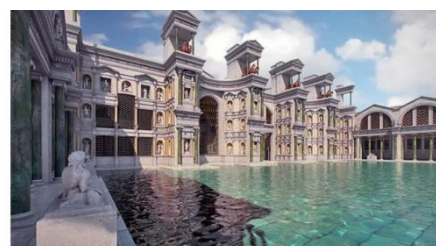


Terme di Bath



Terme di Fordongianus

Agrippa rese gratuiti gli stabilimenti balneari, e nel 33 d.C. a Roma se ne contavano 170, Nerone fece erigere sfarzose terme al Campo Marzio, a cui si aggiunsero piscine scoperte, palestre, biblioteche ecc: celebri furono le Terme di Diocleziano, che avevano una superficie di 150.000 metri quadrati, di queste terme ne vennero costruite in tutto l'impero.



Terme di Diocleziano

Le efficientissime terme e latrine romane proliferarono fino al IV secolo ma, caduto l'impero d'occidente, tutto gradualmente si guastò: gli acquedotti non vennero più mantenuti, l'acqua cominciò a scarseggiare, ed i rubinetti si chiusero trascinando in rovina il sofisticato sistema idraulico e di riscaldamento.

Le prime comunità cristiane rifiutarono il culto del corpo per una vita contemplativa tendente a escludere anche alcune pratiche igieniche legate, nell'immaginario collettivo, al costume pagano.

Se San Girolamo rimproverava certe monache che confondevano la santità con la sporcizia e San Cesario, fondatore del monastero femminile di Arles nel 513, diceva alle monache di lavarsi ogni volta che volessero o ne sentissero la necessità, San Benedetto, dal canto suo, raccomandava

una certa moderazione con l'acqua, considerava più che sufficiente per i monaci un bagno alla settimana ma, prima di ogni pasto, specificava, erano obbligati a lavarsi le mani.

Durante tutto l'alto Medioevo l'unica eccezione all'igiene, quasi maniacale, fu rappresentata da Carlo Magno, che si limitò a ristrutturare e mantenere in esercizio le terme di Aquisgrana e di altre residenze dove soggiornava.

Nei monasteri dell'XI secolo vennero introdotte alcune semplici norme di igiene personale, che consistevano nel bagno (caldo) periodico dei monaci, non più di quattro volte l'anno, nella tonsura ogni tre settimane e nel lavaggio dei piedi, seguito dal taglio delle unghie degli alluci il sabato.

Poiché non si poteva portare la barba, il giorno fissato (circa quattordici volte l'anno) l'elemosiniere faceva distribuire ai monaci disposti su due file i catini ed i rasoi e reciprocamente si radevano. Alla pulizia del corpo era affiancata quella degli abiti, che ognuno lavava per suo conto nei lavatoi.

Verso la fine del XII secolo nell'abbazia di Cluny, che pur contava dodici sale da bagno, l'abate Ugo prescriveva il bagno solo due volte all'anno, a Natale e a Pasqua, e San Pier Damiani affermava che per i monaci la sporcizia è obbligatoria quanto il silenzio, ma restava l'obbligo di lavarsi mani e viso tutti i giorni.

In alcuni monasteri, per prepararsi a santificare in modo degno la festività, il giorno precedente, i monaci potevano procedere alla pulizia completa del corpo, sempre con acqua fredda; in questo stesso giorno si cambiavano i vestiti indossati e con i quali si erano coricati tutta la settimana.

La pulizia del corpo, in definitiva, acquistava il significato di abluzione purificatrice, piuttosto che di misura igienica: lo stesso si può dire per la lavanda dei piedi, considerata esercizio di umiltà.

I bagni dei monasteri generalmente erano ubicati a fianco dell'infermeria, dato che erano destinati in primo luogo ai monaci vecchi o malati, mentre le latrine erano alle spalle del dormitorio ed erano costituite da sedili affiancati e separati da pareti.

Il sapone: sebbene la prima testimonianza dell'esistenza del sapone risale al 2800 a.C. e proviene dagli scavi dell'antica Babilonia, il *papiro di Ebe* del 1500 a .C. già descrive il metodo di produzione di un sapone usato dagli Egizi, ottenuto mescolando grasso animale o oli vegetali con un sale chiamato "*Trona*", raccolto nella valle del Nilo.

Il sapone, sconosciuto ai Romani, fu inventato attorno al IX secolo molto probabilmente in Oriente e da qui diffuso in Francia e in Occidente da Galli e Teutoni.

Era morbido senza molto potere detergente; saponi di maggior consistenza furono disponibili attorno al XII secolo ed erano costituiti generalmente da grasso di montone, cenere di legna o potassa e soda naturale, spesso vi venivano aggiunte anche erbe aromatiche.

Nel sud della Francia ed in Italia venivano preparati altri tipi di sapone contenenti olio di oliva, soda e piccoli quantitativi di cedro; le lavandaie generalmente utilizzavano una soluzione di lisciva e argilla smeltica o argilla bianca (caolino).

Ma non tutti gradivano il sapone, come l'imperatore Ottone I di Sassonia che, a detta del fratello, non usava mai il sapone o analoga preparazione per pulirsi, anche se ne conosceva i benefici.

Si ha spesso l'idea che nel Medioevo la gente avesse scarsa dimestichezza con l'acqua e la pulizia personale in genere ma, al contrario di quanto si crede, ci si lavava spesso, anche se il significato spesso non coincide con l'exasperato bagnarsi e, docciarsi dei nostri giorni.

Per gli abitanti delle città il bagno avveniva in una tinozza di legno, i più ricchi la imbottivano con tessuto e con spugne per sedersi o sdraiarsi sopra; nei periodi più caldi era posta all'esterno, in giardino e in inverno presso un camino acceso, mentre i paesani ed i contadini usavano più semplicemente una botte senza la parte superiore.



Il bagno



Il bagno



Il bagno all'aperto

Nelle città, poiché il senso dell'igiene personale era molto vivo e l'usanza di fare il bagno era diffusa, nella seconda metà del XII secolo, i crociati di ritorno dalla Terra Santa, memori dei bagni turchi orientali, reintrodussero il concetto del bagno pubblico.

I bagni pubblici o sale termali erano luoghi d'incontro molto frequentati da tutti gli strati sociali in cui, senza distinzione di sesso, i corpi nudi s'immergevano nella stessa acqua permettendo di incontrarsi e rilassarsi in una ambiente piacevole. Nella sola Parigi, nel 1292, ne furono censiti 25 (etufes) per 250.000 abitanti.

Il calore e il liquido non destavano preoccupazione di contagio, ma nemmeno erano considerati strumenti importanti per la cura e la pulizia, erano più che altro luoghi di divertimento.

Della promiscuità nei bagni termali, oltre che dalla numerosa iconografia ne racconta l'umanista Poggio Bracciolini, durante il suo soggiorno a Baden nell'estate del 1416; si beava di questa umanità nuda mentre lui se ne stava completamente vestito e con un pelliccione da freddo artico; nel Medioevo il concetto di caldo non esisteva ed ognuno indossava tutto (o quasi) quello che possedeva.

Per quando riguardava il "bagno annuale", era quasi d'obbligo e lo si faceva di norma in maggio; non poterlo fare era considerato come una penitenza ma, poiché ci si sposava generalmente in giugno e l'odore di pulito iniziava ad alterarsi, le spose si dotavano di un bouquet di fiori per coprire gli odori. Da qui la tradizione per le spose di dotarsi di un bouquet di fiori.

Circa la battuta di non gettare il bambino con l'acqua sporca, dopo che tutta la famiglia l'aveva utilizzata per il bagno, crediamo che sia assolutamente falsa, infatti, le testimonianze ed una certa iconografia ci mostrano i bambini lavati in vaschette più piccole; i catini per il bagno dei neonati, generalmente erano ovali o circolari, fatti di listelli di legno e che potevano ospitare un bimbo disteso, non mancavano neanche nelle case dei contadini.



Bagno del bimbo



Nascita del Battista

Le altre forme di pulizia e igiene, oltre a non essere indolori, erano anche scarsamente efficaci: la rasatura, per esempio, era poco frequente e pertanto difficile, dolorosa e di scarsi risultati poiché il sapone era inefficace ed i rasoi erano vecchi e poco affilati, in quanto spesso utilizzati per trinciare la carne; pochi nobili possedevano spazzole per denti, la loro igiene era generalmente compiuta strofinando i denti con bastoncini di nocciolo verde e con un panno di lana; il taglio dei capelli non era un'operazione del tutto indolore, in quanto si usavano cesoie, simili a quelle che fino a pochi anni fa venivano usate per tosare le pecore.

Se per la Chiesa la promiscuità nuda, che sguazzava nell'acqua era certamente sinonimo di corruzione e di tentazioni peccaminose, cosa dire di quei bagni speciali dove a far da sfondo vi erano seducenti ragazze allegre che preparavano acque profumate, unguenti e dispensavano massaggi.



Il bagno dell'abate



Bagni medievali per ricchi



Bagni medievali per ricchi

Anche in questo periodo i profumi andavano alla grande per coprire eventuali odori, specialmente per quello delle ascelle: per evitarne il cattivo odore, un erbario del XIII secolo raccomandava di depilarle e di lavarle col vino mescolato all'acqua di rose e alla cannella.

Il bagno dunque, da rito salutare e piacevole, attraverso le maglie della morale cristiana, si caricò di sensi colpa e sollecitazioni erotiche da annientare, ma tra il sacro e il profano l'aria medievale rimaneva ancora respirabile.

Nel '400, vuoi per la spinta della Chiesa, vuoi per le credenze alimentate dagli stessi medici, molte autorità cittadine cominciarono ad imporre la distinzione dei sessi nei bagni pubblici ma, laddove questo non avveniva, finirono per diventare luoghi di prostituzione che o venivano fatti chiudere, o si spostavano nei quartieri periferici.

L'igiene pubblica basata sull'uso dell'acqua praticamente scomparve; restavano i bagni privati destinati per lo più ad incontri sociali e amorosi con un pubblico privilegiato e limitato; pur rappresentando sostanzialmente più uno sfoggio di ricchezza che una pratica igienica, la loro

graduale scomparsa è da attribuire più alla concezione negativa dell'acqua sul corpo, che alla condanna morale della società.

Un galateo del XV secolo consigliava i figli dei nobili di accettare i parassiti come cosa naturale ma *«di non grattarsi la testa a tavola, prendere dal collo e dalla schiena pidocchi, pulci o altri parassiti ed ammazzarli in presenza di altra gente»*

Bartolomeo Sacchi, detto il Platina (1421-1481), nel suo libro *“De honesta voluptate et valetudine”* *“È anche bene lavarsi i piedi e la testa prima di mettersi a mangiare e tergere con cura le deiezioni del corpo che escono dalle parti posteriori”*.

Erasmus da Rotterdam (1466-1536) in uno dei suoi *“Colloquia familiaria”*, dal titolo *“Locande”*, comparso a Basilea nel 1523, scriveva *“ gli odori sono disgustosi, per i rutti che fanno d'aglio, le ventosità del ventre e il fetore degli aliti. Per chi voglia lavarsi le mani è pronta dell'acqua, ma di solito è così pulita che dopo averla usata devi chiederne dell'altra per nettarti dalla prima abluzione”*.

Servizio (tovaglie) *“ che sembrano vele di canapa staccate dall'albero di qualche nave. “La stessa che a tavola. I lenzuoli, per esempio, vanno al bucato una volta ogni sei mesi”*

Raramente qualche castello o dimora nobiliare aveva un ambiente completamente riservato al bagno: i registri di Renato d'Angiò, ultimo re angioino di Napoli (XV secolo) nominavano, per il suo castello di Angers, almeno cinque vasche da bagno, di cui alcune circondate da un baldacchino di velo o di stoffa, per una migliore conservazione del calore, le tinozze potevano contenere una, due o più persone.

Dal 1500 l'acqua cominciò ad essere considerata pericolosa perché si riteneva che aprisse i pori e rompesse l'equilibrio umorale, consentendo così ai miasmi velenosi di penetrare all'interno del corpo, naturalmente protetto dalla pellicola di grasso e sporcizia; il bagno rendeva fiacchi e deboli e quindi predisponendo il corpo al contagio.

Per altri l'acqua affievoliva o bloccava la capacità riproduttiva dell'uomo, ostruendo i pori, evitava la traspirazione, rendeva il sangue denso e, provocava come conseguenza l'amenorrea, cioè la mancanza di mestruazioni.

L'igiene era concepita in altro modo: asciutta e attenta soprattutto alle zone più evidenti, quali le mani ed il viso che venivano bagnati, generalmente sfiorandosi con un panno semi-asciutto; era impossibile pensare al bagno senza adottare rigorosi accorgimenti: riposare, rimanere a letto, proteggersi con indumenti adeguati.

*“ soprattutto abbiti cura al capo, tienilo caldo moderatamente, e non ti lavare mai; fatti stropicciare e non ti lavare”* così scriveva Ludovico Buonarroti al figlio Michelangelo (per stropicciare intendeva strofinare con un pannolino appena inumidito).

Non si cercava in alcun modo di eliminare la sporcizia, si cercava solo di coprirla.

A partire dalla controriforma (metà XVI sec) la Chiesa intervenne anche sulle pratiche quotidiane di pulizia del corpo, come il lavarsi, non solo bandì i bagni pubblici, ma censurò anche il bagno privato, specialmente se si trattava di lavare le parti intime.

Controcorrente andò Isabella d'Aragona che si fece progettare da Leonardo da Vinci una sala da bagno dotata di un impianto in cui l'acqua calda poteva miscelarsi alla fredda a seconda della temperatura desiderata; lo stesso Leonardo immaginò un sistema di smaltimento delle acque e dei rifiuti attraverso canalizzazioni sotterranee che si immettevano in un fiume.

A Roma, in Castel Sant' Angelo, si conserva ancora la sala da bagno di Clemente VII de' Medici, risalente al 1530, di elevata raffinatezza. Ci è ignoto se dette sale venissero effettivamente usate all'uopo.

Il bagno al massimo veniva fatto solo come cura, il Re Sole Luigi XIV in tutta la sua vita ne fece due o tre per prescrizione medica e poi non volle più saperne.

Tra un clistere e l'altro il Re Sole trovò anche il tempo di emettere un'ordinanza che rendeva obbligatoria la rimozione degli escrementi abbandonati tra i tappeti di Versailles

In questo periodo l'igiene femminile cominciò a diventare un parametro per giudicare la condotta morale delle donne: se sporche senz'altro oneste, se pulite di sicuro prostitute; per le donne oneste, infatti, non c'era alcun bisogno di lavarsi, anzi, riservare cura al proprio corpo era considerato peccaminoso.



Ampolle per profumi



Vasca di Luigi XIV



La toilette

Per sopperire all'olezzo dei corpi i ceti più alti utilizzavano cascate di profumi, petali di rose sotto le ascelle, sacchetti di erbe profumate sotto gli abiti contro la puzza del sudore e frequenti cambi di biancheria, per le classi più povere non vi erano rimedi.

Il graduale aumento demografico, che rendeva insufficiente il rifornimento idrico, e i fiumi che cominciavano ad essere abbondantemente inquinati, davano origine alle epidemie, l'acqua veniva accusata di ogni nefandezza e si andava affermando il principio che una camicia pulita equivaleva ad un bagno.

In realtà, poi, alla paura del contagio si accompagnava, come visto, la paura del peccato, in quanto l'igiene personale presupponeva la vista ed il contatto con parti del corpo che esponevano quindi a gravissimi rischi morali.

Anche nel XVII secolo il bagno rimase una pratica usata raramente; vi fu però un'attenzione maggiore rispetto all'igiene personale: si insisteva sull'uso della cipria, sul candore della biancheria, si faceva attenzione alla fragilità ed all'aspetto della pelle, anche i capelli venivano

molto curati e sgrassati con polveri e crusca, le unghie venivano tagliate ogni otto giorni e la biancheria bianca e bella era cambiata regolarmente.

Piuttosto che lavarsi, comunque, si preferiva affidare la pulizia del corpo ai vestiti, che avevano la funzione di assorbire la sporcizia e le impurità della pelle; per beneficiare di tale effetto nei galatei del Cinque-Seicento si invitava a cambiarsi la camicia una volta al mese.

La camicia, che per lungo tempo era rimasta confinata sotto gli abiti, divenne oggetto di ostentazione ed andava cambiata molto spesso, ma poiché molti non potevano permettersene tante furono inventati colletti e polsini staccabili, quegli stessi ricchi che utilizzavano più camicie al giorno erano capacissimi di cambiarsi le mutande ogni quindici giorni, se andava bene.

Una piccola ventata di igiene si ebbe ai primi del '700 con l'invenzione del bidet che, nato per la corte, venne subito ripreso e diffuso da due categorie sociali: l'aristocrazia e le cortigiane che lo usarono per la prima volta per lavare quelle parti del corpo mai nominate o generalmente indicate con perifrasi.

A Versailles di questi oggetti se ne contavano circa 100 esemplari sparsi per varie stanze, ma non ebbero grande successo, anche perché l'igiene era l'ultima preoccupazione dei reali e della corte.

Si sviluppò presto una produzione specializzata dell'oggetto da parte dei migliori artigiani francesi, che lo riproducevano nelle forme più artistiche: poteva essere anche necessario, ma doveva anche essere un bell'oggetto ed un oggetto artistico.

L'incremento del suo uso fu parallelo a due fenomeni: la nozione di igiene corporale e l'ostentazione dell'intimo ma, dopo un successo iniziale il bidet fu dimenticato ed il suo uso rimase confinato al mondo della nobiltà e dei bordelli, per riaffermarsi verso la fine del XVIII secolo.

Bisognava aspettare la seconda metà del '700 perché riprendesse la pratica del bagno; sia per la scomparsa dei timori relativi alla peste, sia per l'azione degli Illuministi, che iniziavano a vedere nella sporcizia l'origine di molte malattie, molto lentamente cominciarono ad essere accettati e richiesti i bagni domestici iniziando dalle classi più agiate.

Molti gentiluomini, che si recavano a far visita all'amica, all'amante o ad una signora in genere, vi andavano per lo più a cavallo o dopo una cavalcata in campagna, immaginiamo quali fragranze si portassero dietro: sterco di animale, puzza di cavallo e di sudore, puzza di stalla ( nei romanzi cortesi tutto ciò veniva definito odore di cuoio), ma appena tornati a casa provvedevano subito a cambiarsi la camicia (quando la puzza l'avevano già dispensata ovunque).

Non vi venga in mente di pensare che le dame onorate di tali visite stramazzerò a terra per il disgusto, loro respiravano il loro ambiente naturale, qualche problema sarebbe accorso qualora qualcuno si fosse presentato con odore di pulito.

Se si vuole essere proprio onesti bisogna dire che queste raffinatissime dame per lo più ricevevano amici e cavalieri serventi comodamente assise sulla seggetta o sul bidet, senza il minimo imbarazzo, anzi farsi ritrarre sul bidet era segno di ostentazione.





Il bagno veniva fatto generalmente di sera dopo cena, ma era quasi d'obbligo quando si partecipava a balli o a ricevimenti, non per igiene, ma in quanto serviva a rilassare i muscoli del corpo, stressati dal lungo stare in piedi, magari con le scarpe che facevano male.

Non bisogna emozionarsi davanti a questo sfarzo di igiene poiché l'acqua necessaria generalmente veniva attinta da fiumi, rigagnoli o pozzi, che vantavano un inquinamento ed una densità di tutto rispetto.

Particolarmente feroce verso l'igiene intima delle donne era la Chiesa, particolarmente quella inglese, che vedeva nella posizione sul bidet e nei gesti necessari alla pulizia stimoli che portavano al piacere solitario.

Addirittura il grande illuminista Diderot (1768) spiegava alla figlia quali fossero le regole del decoro, mettendo in rilievo *“la necessità di celare a se stessi quelle parti del corpo la cui vista potesse indurre al vizio”*.

A fine '700, con l'arrivo dell'acqua negli appartamenti dei ricchi, cominciarono ad entrare in uso le stanze da bagno, e per le signore divenne vezzosamente di moda ricevere le visite immerse e mollemente sdraiate nelle loro vasche da bagno (non era il corpo che si voleva ostentare, ma la vasca), ma gradatamente la pulizia divenne una questione privata e la vista venne limitata a qualche servetta.

Un dato curioso in merito lo riscontriamo alla corte di Luigi XVI dove Maria Antonietta, che secondo la cronaca, abitualmente faceva il bagno ogni giorno, aveva nella sua stanza da bagno ben due vasche, una per lavarsi e l'altra per sciacquarsi, seguendo il principio orientale secondo il quale non ci si può lavare con la propria acqua sporca.

Tutte le teorie malefiche sull'acqua incominciarono a svanire soltanto all'inizio dell'Ottocento, con l'introduzione di alcuni precetti d'igiene, emessi per fare fronte alle ricorrenti epidemie di colera, che indussero i responsabili sanitari a prescrivere un lavaggio integrale del corpo.

Verso la fine del XVIII secolo ritornò in auge il bidet in ceramica che incominciò a diffondersi fuori della Francia, per lo più in Inghilterra; in Italia il primo comparve nella reggia di Caserta, ordinato dalla regina di Napoli Maria Carolina d'Asburgo-Lorena. Napoleone stesso ne teneva parecchi tipi, di cui si troverà notizia nel testamento che stese a S. Elena, ma se era evidente che una buona igiene passava dal bagno, per i più quella delle parti intime rimaneva ancora un tabù.



Bidet di Maria Carolina



Sedia bidet

In Inghilterra il bidè generò un controsenso, infatti tutti i possessori facevano di tutto per nasconderli e dissimularli entro eleganti mobili dall'apparenza severa, i cosiddetti abbigliatoi, per poi mostrarli pubblicamente durante l'uso tutt'altro che riservato; fu proprio il bidet che contribuì in modo significativo alla diffusione del mobilio raffinato nel Regno Unito.

Negli ultimi anni dell'Ottocento, e specialmente con il bigottismo, instaurato dalla regina Vittoria d'Inghilterra, col diffondersi delle tubature negli alloggi, il bidet ed il water, furono definitivamente trasferiti dalla camera da letto alla sala da bagno.

Nel 1767 fu brevettato il primo modello di doccia da un Inglese, ma perché entrasse nell'uso comune bisognò attendere le nuove tecniche idrauliche del XIX secolo. Strano è che si sia impiegato tanto tempo per riscopriarla, poiché il primo esemplare di doccia ci è pervenuto da un dipinto greco del VI secolo a.C.

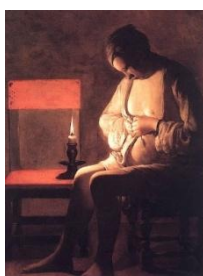


Doccia Primi '800



Atleti sotto la doccia VI sec. a.C.

Ancora nell'Ottocento pidocchi e pulci la facevano da padroni sui corpi e sulle teste dei cittadini, non solo tra la gente comune, ma anche fra i ricchi, nelle cui parrucche o capelli lunghi albergavano vaste colonie. Se gli uomini potevano ricorrere ad un parrucchiere, le donne dovevano ricorrere a donne di servizio, ma la cosa non era semplice poiché, una volta lavati i lunghi capelli, ci voleva un tempo enorme per asciugarli e spidocchiali, pertanto l'operazione veniva ritardata il più a lungo possibile.



Donna che si spulcia

Il massimo della pulizia delle zone intime, durante l'immersione nella tinozza, consisteva in una *strofinata* con un panno bagnato, non ci si doveva soffermare troppo a lungo su certe parti o, casomai si potesse pensar male, era meglio demandare il compito ad una serva.

Toccare i propri genitali, anche con intenzioni serie di pulizia, era considerato sconveniente, sia per gli uomini che per le donne, al limite del peccato di Onan (masturbazione), pertanto i bravi Vittoriani si lavavano con parsimonia, anzi si facevano lavare. Inutile dire che, anche per questo, la qualità dei rapporti sessuali non era delle migliori dal punto di vista igienico, ma la regina Vittoria su questi non si faceva scrupoli.

Se prendiamo ad esempio l'educazione delle signorine nei collegi religiosi durante la prima parte del XIX secolo, i numerosi aneddoti rivelano che quasi non si lavavano, soprattutto le parti intime, neanche quando avevano le mestruazioni.

Il colera, che si diffuse in Inghilterra verso 1850 a causa delle pessime condizioni igieniche, e che scatenò il panico tra la popolazione fu il maggior sostenitore della pulizia: tutti, pur di salvarsi, si resero disponibili a qualunque tortura, anche a lavarsi!

Tuttavia la propensione per l'acqua non fu immediata e l'amore per i cosiddetti effluvi naturali continuò; le donne con abbondante sudorazione continuarono ad esercitare un gran fascino sugli uomini, uno per tutti Casanova, così come, prima di lui, Enrico IV di Francia, è noto anche che Napoleone esortava Giuseppina ad astenersi dall'acqua prima degli incontri d'amore.

Non si può passare sotto silenzio Vittorio Emanuele II che, non tanto sottovoce, affermava che la cosa che lo attraeva di più in Rosa Vercellana (la Bela Rosin) era " *quella spussetta lì*". Non si pensi che trascurasse la legittima consorte per l'esagerata igiene di questa, ma solo perché in casa Savoia (come in altre corti) di igiene ce n'era proprio poca, tanto che, dopo l'unità d'Italia, i funzionari incaricati dell'inventario della regia di Caserta, trovandosi di fronte al famoso bidet di Maria Carolina scrissero " *Oggetto per uso sconosciuto a forma di chitarra*".

Nello stesso periodo Elisabetta di Baviera (Sissi) faceva installare nella regia di Hofburg in Austria la prima vasca da bagno con rubinetti, ma non sappiamo se poteva usufruire di acqua calda, quanto al marito Francesco Giuseppe ed a tutta la corte avevano scarsa dimestichezza con l'igiene e nessuna per l'acqua.

Tutti i componenti sanitari, che noi siamo abituati a trovare in un normale bagno, saldamente ancorati al pavimento, erano mobili trasportabili, che i domestici sistemavano in camera, nell'anticamera o nel vestibolo; dopo essere stati opportunamente adoperati venivano svuotati e trasportati in altri locali per occultarli alla vista dei visitatori.

La vasca era in metallo, pesante e pertanto dotata di manici, veniva trasportata vuota e poi riempita; il lavandino era sostituito da una brocca con bacile in ceramica, porcellana o metallo, disposti su un supporto in ferro o sul tavolo da toeletta o ancora sul comodino; a fare le veci della tazza da gabinetto provvedeva l'onnipresente vaso da notte o pitale.

Quest'ultimo oggetto, se nelle case private era nascosto nella seggetta comoda, nel comodino, o in altri mobili, nei locali pubblici o nelle case dei ricchi faceva bella figura sulle credenze o sulle piattae, teoricamente era a disposizione di chi ne facesse richiesta, ma abbiamo dei seri dubbi che venisse realmente concesso.

Agli inizi del XIX secolo, a Parigi fece la sua comparsa il bagno a domicilio che veniva effettuato nei cortili delle abitazioni, dove facilmente si potevano posizionare la vasca ed il contenitore dell'acqua calda, spesso trasportati solo con carretti a mano.

Dal servizio bagno in cortile ci si rese conto che era molto più comodo portare l'acqua calda nelle case borghesi, già provviste di vasca, questa veniva riempita e svuotata meccanicamente tramite una pompa e dei tubi che passavano dalla finestra. Da questa idea nacque la necessità di destinare i vari sanitari, fino ad allora trasportabili ed occultati alla meglio, in un unico locale destinato all'igiene personale.

In questo clima di rivoluzione tecnologica, anche il termine "*gabinetto*" registrò un nuovo significato: oltre ad indicare lo studio privato di lavoro o il salottino intimo per ricevere, finì per designare anche il nuovo ambiente riservato all'igiene personale, elevato al rango di gabinetto da bagno. Collocato in una prima fase accanto alla cucina per comodità di installazione, migrò più tardi accanto alla camera da letto appropriandosi degli spazi e degli oggetti tradizionalmente destinati alla cura personale.

La procedura di riscaldamento dell'acqua, inizialmente affidata a una caldaia a legna o a carbone spesso disposta in un locale attiguo al bagno, fu semplificata mediante l'introduzione di un recipiente, contenente un limitato quantitativo di acqua, riscaldata dal gas di città (1900), e installata direttamente al di sopra della vasca: lo scaldabagno

Ancora oggi non si è arrivati ad un concetto unitario di igiene e lo dimostra la diffusione del bidet, detenuto dalla quasi totalità delle famiglie di sole quattro nazioni europee, con l'Italia in testa; emblematico è il caso francese, dove l'oggetto nacque e per primo si diffuse; a fronte della quasi totalità installata nelle abitazioni francesi negli anni 70 del XX secolo, dopo una ventina di anni ne rimanevano appena il 40% e forse oggi anche meno, tutti rimossi per rendere più ampia la toilette e magari per far posto alla lavatrice.

Da parecchi anni in Giappone vengono prodotti sanitari che uniscono le funzioni di water e di bidet, detti washlet; oggi se ne producono di elettronici, dove, dopo aver espletato le proprie funzioni corporali, con comandi si può azionare il lavaggio e l'asciugatura in automatico ed a suon di musica.



Per quanto riguarda l'igiene un caso a parte è quello del Giappone, dove, da sempre, il bagno, fatto prima del pranzo e generalmente in gruppo in piccole piscine intime ed accoglienti, non solo espletava la funzione del lavaggio, ma contribuiva alla convivialità e al benessere psicofisico delle persone.

Anche se la modernizzazione e la globalizzazione sembrano conquistare i paesi orientali e principalmente il Giappone (vedi bidet elettronici) l'antica tradizione, magari in maniera ridotta, continua a perseverarsi sia in ambienti privati che pubblici a tutti i livelli sociali.

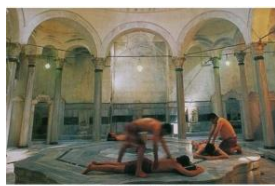
Poco sappiamo dell'igiene nel mondo islamico nei secoli, la tradizione medievale ne parla in maniera favorevole in quanto dalla loro cultura deriva il ritorno all'acqua nell'Occidente

Si diceva che, durante le prime crociate, i mussulmani già a cinque chilometri di distanza avvertivano l'arrivo dei Franchi (Europei) dalla puzza che il vento portava loro.

Come le terme, il bagno turco, costituito da ambienti fastosi, voltati e ricoperti di ceramiche, riproponeva un momento di socialità, intervallato da massaggi ed altre piacevolezze, ma raramente prevedeva un'immersione completa.



Bagno turco



Bagno turco



Bagno turco



Nei paesi islamici il lavaggio prima della preghiera era solo accennato, aveva solo un carattere di purificazione e non richiedeva molta acqua; questa sgorgava da piccole fontane e si riversava in piccoli canali nel pavimento, mentre nelle grandi moschee, racchiusa in bacini porticati e decorati, rientrava nella scenografia dell'insieme come immagine del mondo ultraterreno.

Nell'ambiente mussulmano si prega cinque volte al giorno e prima di ogni preghiera si deve praticare il Wudu' (o abluzione minore), senza questo lavaggio la preghiera non è valida; il Corano prevede che ci si deve lavare le mani, sciacquare la bocca, lavare il volto, le braccia fino al gomito, l'interno e l'esterno delle orecchie, i piedi fino alla caviglia e con mani inumidite lisciarsi i capelli e la barba.

Le oggettive difficoltà del reperimento dell'acqua negli ambienti soggetti all'Islam, fanno dubitare che le norme sull'igiene previste dalle "sure" venissero e vengano sempre rispettate.

Si è parlato dell'igiene personale in genere, ma resta da analizzare, per quanto è possibile, come ci si comportava dopo aver espletato certe funzioni fisiologiche, visto che la carta igienica odierna è stata inventata qualche secolo fa e gli antenati non ci hanno lasciato molte informazioni in merito. Ai Greci, che fuori di casa erano abituati a seminare i loro escrementi dove capitava, non veniva in mente di pulirsi, ma correvano a lavarsi appena rientrati in casa.

I ricchi Romani, che possedevano un gabinetto in casa, usavano panni di lana imbevuti con acqua di rose, mentre nelle latrine dell'impero romano il succedaneo dell'odierna carta igienica era costituito da spugne fissate ad un bastoncino, sempre immerse in un rigagnolo di acqua corrente davanti ai sedili (*sellae pertusae*) delle latrine e periodicamente sostituite dagli addetti.

Pare che i Vikinghi usassero scarti di lana di pecora mentre gli abitanti dell'India e dell'Arabia, seguendo gli insegnamenti igienici dei testi sacri, usavano l'acqua o la terra solo con la mano sinistra: usanza ancora in voga, poiché la destra solitamente si usa per mangiare e si porge agli altri nei saluti.

Nel Medioevo, i marinai delle navi spagnole e portoghesi adoperavano spezzoni di vecchie funi bagnate nell'acqua di mare, mentre i contadini di tutta Europa si servivano di manciate di fieno e di tutte le foglie abbastanza grandi.

In alcuni monasteri medioevali, i religiosi usavano brandelli di stoffa, forse dell'abito laico dismesso al momento di entrare in monastero..

Federico da Montefeltro, raffinato duca d'Urbino, che aveva per la pulizia esigenze impensabili per un aristocratico del suo tempo e più ancora di quelli successivi, possedeva per le sue esigenze « *e stercatori di tela un poco ruvidetta e bianca sempre, preferibilmente più di stoppa che di canapa* »; nei palazzi reali francesi del 1700, accanto alle "comode" stavano cesti pieni di vecchi e stracciati pizzi e merletti, vezzosi morbidi e atti all'uopo

Da Plinio a Montagne attendibili autori ci descrivono i mezzi utilizzati al posto della carta igienica, ma con che cosa la si potesse sostituire prima di allora, è minuziosamente documentato nel tredicesimo capitolo di «Gargantua e Pantagruelle », scritto nel Cinquecento da quell'esperto cambroniano che era Rabelais. Un erbario del XIII secolo, tra l'altro, consigliava di usare le foglie di verbasco come... carta igienica!

In altri paesi l'uso della carta igienica era sostituito da sistemi più ingegnosi come quello in uso in Giappone fino ad un passato abbastanza recente, come si può vedere nella foto sotto.



Latrina romana



Pianta di verbasco



Una grande rivoluzione in merito avvenne dall'Ottocento in poi, praticamente ovunque, quando per la bisogna cominciarono ad essere usate le pagine di vecchi giornali o di cataloghi scaduti, tagliate a rettangoli e appesi ad un chiodo, questa forse fu la più grande rivoluzione igienica per molti anni. Se l'invenzione da parte dei cinesi della carta igienica è attribuita al VI secolo, la loro documentazione storica ne fa iniziare la produzione in fogli nel XIV secolo; quando, secondo un documento del 1321, dall'ufficio rifornimenti, fu richiesto un rifornimento di 720.000 fogli (2x3 piedi) per la corte dell'imperatore.

In Occidente fu inventata in America a metà del XIX secolo ed a tale periodo risale pure la sua produzione industriale in fogli, seguita venti anni dopo dalla confezione in rotoli.

Il suo utilizzo su vasta scala non fu immediato fino alla metà del XX secolo poiché era considerata un lusso ed uno spreco inutile, infatti, per la gente comune, che conosceva la carta per scriverci sopra o per usi pratici, era inconcepibile usarla per scopi igienici, ancora nuova ed intonsa; ancora più inconcepibile era l'acquisto in pubblico di un prodotto innominabile.

Oggi non consideriamo quale importanza abbia assunto questo prodotto di scarsa importanza culturale ed economica, si va al supermercato e la si acquista nella qualità e formati preferiti, senza renderci minimamente conto che costa all'umanità 500 milioni di alberi di medie dimensioni abbattuti ogni anno per produrla.

Quando si parla di igiene personale non ci si può limitare al solo corpo, ma bisogna dare un'occhiata anche a tutto ciò che lo circonda, come nel caso dell'abbigliamento e dei suoi accessori, che una certa parentela con la pulizia devono pur avercela.

Sia i Greci che i Romani, di cui abbiamo esaltato l'igiene, avevano qualche pecca per quanto riguardava gli abiti, infatti, sia la tunica che la toga avevano scarsi rapporti con l'acqua, si mangiava con le mani, sdraiati sui triclini ci si sbrodolava facilmente e gli abiti rendevano noto a tutti il menù dei pranzi.

I Romani, che non da molto si erano ben lavati alle terme, si mettevano a letto indossando quello che portavano di giorno: un specie di perizoma (Subligar) e la tunica, che di notte fungeva anche da camicia da notte, però si toglievano la toga che a volte serviva da coperta.

Andava un po' meglio nel Medioevo dove la cultura dell'acqua era abbastanza radicata e le cronache ci dicono che anche le classi meno abbienti lavavano gli abiti o li mandavano a lavare.

Le cose peggiorarono nei secoli successivi, quando si smise di lavarsi e si risolse il problema dell'igiene intima con ciprie, profumi ed indumenti intimi freschi di bucato: mutande per gli uomini e camicie per ambo i sessi, discorso a parte meritano gli abiti,

Mentre i vestiti delle classi popolari, specialmente quelli festivi, ammesso che ne avessero, si lavavano molto raramente, quelli dei ricchi proprio non si lavavano; venivano indossati nonostante tutte le medaglie e patacche di unto, di salse e di sughi che si sovrapponevano a strati sugli indumenti per diversi anni, si cercava di smacchiarli tamponandoli, di grattare qualche macchia, ma con estrema delicatezza onde non rovinare le preziose lavorazioni.

Oltre che le mutande da uomo e le camicie si lavavano anche colletti, guanti, calze e calzini.

Non meno interessante, dal punto di vista igienico, furono le parrucche venute di moda nel XVII secolo, erano confezionate con capelli ceduti da chi per bisogno li vendeva o tagliati ai defunti, magari appestati, ma mai lavati e quindi molto spesso una parrucca appena acquistata era già abitata da sgraditi inquilini.

Anche se i più stoicamente accettavano la coabitazione, col tempo, il prurito feroce e le malattie della pelle che derivavano da questi parassiti portarono alla richiesta di parrucche bonificate.

In ambito militare da sempre si era creduto che i soldati morissero per le lesioni degli organi vitali e nessuno aveva mai pensato che il più dei decessi era dovuto alle ferite infettate; solo alla fine del XIX secolo si incominciò a prendere in considerazione il problema, si diffusero gli antisettici e la pratica della sterilizzazione delle bende e degli strumenti chirurgici.

Se i pareri del mondo islamico ci sono sembrati un po' esagerati a proposito di pulizia, non diversamente la pensavano i Maya, gli Incas e gli Aztechi nei confronti dei nostri conquistatori, di cui non tolleravano il puzzo, visto che, oltre a non lavarsi mai, indossavano abiti pesanti di lana e velluto in climi tropicali addirittura sotto l'armatura.

Passato il primo momento di conquista, dove ogni donna apparteneva al bottino di guerra, i rapporti sessuali divenivano più liberi e spontanei, i nostri si accorsero che non avrebbero ribattuto un chiodo se non si fossero presentati all'incontro ben lavati, sbarbati e con gli abiti puliti.

Al loro ritorno in Europa, cercarono di diffondere i concetti di igiene acquisiti, ma per lungo tempo questi principi furono disconosciuti ed osteggiati specialmente dalla Chiesa.

Lo stesso avvenne quando gli Europei toccarono Macao ed Hong-kong, per le stesse cause sopra citate, si ebbero pesanti epidemie di dermatiti, scabbia ed ogni genere di malattie della pelle e furono ancora le donne cinesi e giapponesi che insegnarono loro come rendere la vita e la convivenza più piacevole soltanto con un bagno quotidiano e con abiti più confortevoli.

Anche l'industrializzazione non contribuì più che tanto alla pratica dell'igiene: laddove vi erano attività lavorative particolarmente sporche come miniere, cave di pietra o presso i nascenti pozzi petroliferi, si rimediava con pseudo-docce all'aperto costituite da un piccolo recinto di tavole intorno ad un tubo che portava acqua fredda, non sempre pulita, che permetteva ai lavoratori di liberarsi delle porcherie accumulate durante il lavoro.

Non contribuì più che tanto neanche l'igiene delle case dei lavoratori, costruite vicino alle fabbriche, dove i servizi, come tradizione, continuavano ad occupare spazi molto ristretti che non permettevano l'installazione di sanitari idonei alla pulizia personale.