

## LAS BELLOTAS Y EL SER HUMANO. AVATARES DE UN SÍMBOLO EN LA PENÍNSULA IBÉRICA

Enrique García Gómez / Juan Pereira Sieso

Edita: Cuarto Centenario. Toledo, 2022. ISBN: 978-84-124312-5-4

**Los habituales hallazgos de restos de bellotas en yacimientos arqueológicos permiten proponer un uso continuado y generalizado de como alimento humano durante la Prehistoria. Hay numerosas evidencias que indican que se consumían enteras –crudas o cocinadas–, o molidas –en forma de tortas o purés–. A lo largo de la historia, junto con otros frutos silvestres, podían completar durante meses la monótona dieta de la gente del campo.**

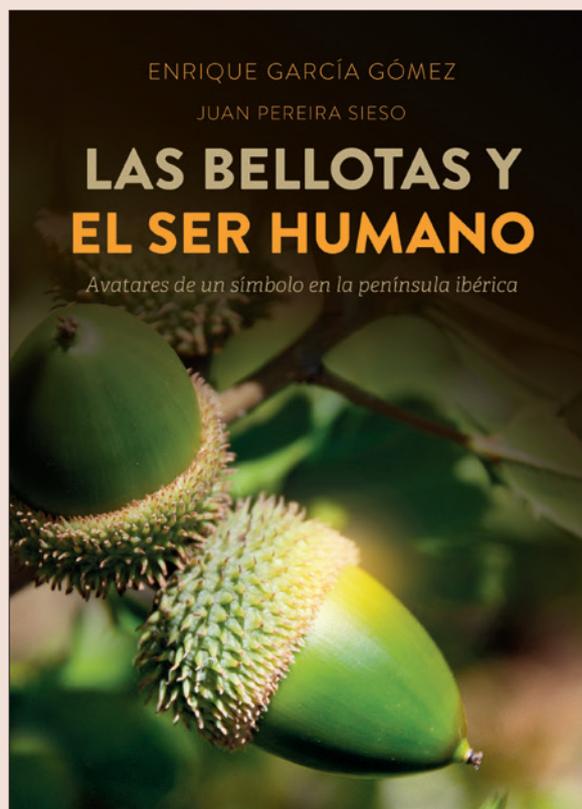
Los datos conocidos hasta el día de hoy nos indican diferentes formas de consumo. Una de las más habituales ha sido en forma cruda, pues es la manera más inmediata, cómoda y rápida para consumir; sin embargo, esta ingesta en crudo solo podía realizarse durante el período de maduración, que en los casos más generosos sucede a lo largo de unos tres meses. Fuera del periodo de montanera los cotiledones deshidratados o tostados servían de base para las innumerables formas posteriores de utilizar el material. Según el uso al que se destinasen bien se machacaban en trozos más o menos grandes o bien se molían hasta conseguir una harina más o menos gruesa. Se ha documentado su consumo asadas y tostadas, cocidas, en horchata, como sucedáneo de café, en tortas, como gachas o purés, pan, aceite, dulces, etc.

Un uso principal como alimento ha sido en forma de pan. Este normalmente se hacía mezclando la harina de bellota con harina de trigo –habitualmente mitad y mitad–, de manera que se estiraban las existencias de granos. También conocemos mezclas con harina de otros cereales como la cebada o el maíz.

No solo como alimento se han utilizado las bellotas. Debido a su riqueza en taninos se han aprovechado como astringentes, para combatir la diarrea. En crudo, cocidas, tostadas, bebiendo el zumo resultante de la cocción, en forma de café, como papilla, como horchata o como cacao son algunas de las variantes recogidas de su aplicación como antidiarreicas. Incluso durante el siglo XX hubo preparados comerciales puestos en el mercado para tal fin. También se ha documentado una larga serie de dolencias o enfermedades para las que las bellotas se utilizan como terapia. La ingesta de estas se ha llevado a cabo para combatir debilidades de estómago, la roña, el reumatismo, intoxicaciones, cálculos renales o para producir más y mejor leche por parte de las mujeres que amamantan, entre otras muchas otras. Y en forma de cataplasma se han empleado para sanar llagas, heridas en la boca, úlceras o grietas en la piel.

En torno a las bellotas también se ha generado un gran patrimonio cultural inmaterial. La inmensa mayoría de esta cultura popular emana del pueblo de manera espontánea y se transmite oralmente de generación en generación, relatando las experiencias y tradiciones de los diferentes lugares. Estas expresiones orales recogidas en el libro engloban adivinanzas, refranes, dichos, greguerías, coplas, canciones y juegos de palabras.

Por otro lado, la gran importancia de la bellota en la vida cotidiana de muchas áreas geográficas españolas ha dado lugar que a lo largo de la historia haya tenido una gran carga simbólica. Se han encontrado numerosos restos de bellotas, o de adornos de muy diferentes materiales en forma de bellota, en contextos rituales, funerarios o de cultos en yacimiento de diversas épocas prehistóricas. La iconografía recoge continuamente la imagen y forma de la bellota, manteniendo tradi-



ciones, creencias o supersticiones ancestrales. En la literatura también se ha utilizado mucho como emblema de la Edad de Oro, aquel pasado edénico y glorioso de la humanidad en el que las personas no tenían que trabajar para obtener el alimento necesario para sobrevivir.

Además, toda esta riqueza cultural acumulada se ha visto reflejada en los abundantes términos lingüísticos incorporados a nuestro idioma. Palabras derivadas de la acepción bellota o sus sinónimos, palabras homógrafas, diferentes acepciones para designar al mismo fruto, fitónimos... han sido recogidas como muestra de lo anterior.

Esta intensidad y continuidad en el uso humano de la bellota a lo largo de los siglos es posible que haya influido en la selección y distribución –tanto de la encina como de otras especies productoras de bellotas– en la superficie peninsular. Podemos pensar que en la composición de las dehesas actuales el porcentaje de encinas dulces sea superior a lo que las correspondería si de una distribución natural y aleatoria se tratase. Si las dehesas son formaciones vegetales de origen antrópico, a las que se ha llegado tras un aclareo del primitivo monte mediterráneo, parece lógico pensar que ese proceso de selección no ha sucedido al azar. Nos encontramos ante un caso claro de lo que se viene a llamar bosque cultural. A este respecto conviene recordar al profesor González Bernáldez cuando hablaba de la frutalización del bosque mediterráneo, en el que se manejaba el arbolado silvestre para aprovechar, sobre todo, la potencialidad de sus frutos.