



---

# **Universidad de Valladolid**

**FACULTAD DE MEDICINA**

**MÁSTER EN NUTRICIÓN GERIÁTRICA**

**TRABAJO DE FIN DE MÁSTER**

**CURSO 2022/2023**

## **PERSONAS LONGEVAS EN LA ÉPOCA VICTORIANA: ALIMENTACIÓN Y DIFERENCIA DE CLASES**

Autora: Sara Domínguez Yustos

Tutora: Dra. Rebeca Pérez Fernández

## RESUMEN

La época victoriana marcó un antes y un después en la historia de Inglaterra. La época victoriana se tradujo en múltiples cambios desde un punto de vista social como la entrada de un nuevo sector como es la burguesía, y económico como fue la expansión del ferrocarril y el auge del comercio exterior. También se empezó a conocer mucho más el papel de las personas longevas, no solo como ciudadano sino como núcleo principal de la familia.

El objetivo de este trabajo es analizar el papel de los ancianos durante la época victoriana incluyendo la diferencia en cuanto a alimentación y calidad de vida dependiendo de sus diferentes clases sociales.

Nuestro trabajo también toma en cuenta los diferentes periodos de la época victoriana y los acontecimientos principales. Además, también tiene en cuenta la medicina y las enfermedades de la época y las figuras importantes del área de la salud.

**Palabras clave:** ancianos, siglo XIX, época victoriana, alimentación.

## ABSTRACT

The Victorian era marked a turning point in the history of England. It brought many changes from a social point of view like the appearance of a new social class (the bourgeoisie) and economically, like the expansion of the railways and the rise of foreign trade. In this era, the role of the elderly became much more widely known, not only as citizens but also as the main nucleus of the family.

The aim of this paper is to analyse the role of the elderly during the Victorian era including the differences in nutrition and quality of life depending on their social class.

Our work also takes into account the different periods of the Victorian era and its main historical events. In addition, it also examines the medicine and diseases of the time and the important individuals in the field of health.

**Key words:** elderly, 19th century, Victorian era, food.

<b>Resumen .....</b>	<b>2</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>2</b>
<b>1. Introducción .....</b>	<b>4</b>
<b>1.1 Contexto histórico.....</b>	<b>4</b>
Etapas.....	4
Crecimiento económico .....	4
Reina Victoria .....	5
<b>1.2 Contexto social .....</b>	<b>6</b>
Clase alta .....	6
Clase media .....	6
Clase baja .....	6
<b>1.3 Medicina pre-victoriana .....</b>	<b>7</b>
<b>1.4 Alimentación pre-victoriana .....</b>	<b>7</b>
<b>1.5 Justificación del trabajo .....</b>	<b>8</b>
<b>2. Objetivos .....</b>	<b>8</b>
<b>3. Metodología.....</b>	<b>8</b>
<b>4. Resultados.....</b>	<b>9</b>
<b>4.1 Definición de envejecimiento .....</b>	<b>9</b>
<b>4.2 Esperanza de vida .....</b>	<b>10</b>
4.2.1 Avances en la alimentación .....	11
4.2.2 Avances científicos.....	12
4.2.3 Reducción de la virulencia de las enfermedades infecciosas .....	12
4.2.4 Hospitales y nuevos tratamientos .....	13
4.2.5 Conclusión.....	14
<b>4.3 Factores que influyen en las condiciones de vida de los ancianos .....</b>	<b>14</b>
<b>4.4 Clases sociales y alimentación.....</b>	<b>18</b>
4.4.1 Clase alta .....	18
4.4.2 Clase media .....	21
4.4.3 Clase baja .....	24
<b>4.5 Estudio de los ancianos en el medio rural y en el medio urbano .....</b>	<b>26</b>
Clase baja urbana .....	26
Clase baja rural.....	27
<b>5 Conclusiones.....</b>	<b>28</b>
<b>6. Bibliografía.....</b>	<b>30</b>

## 1. INTRODUCCIÓN

### 1.1 CONTEXTO HISTÓRICO

La época victoriana fue un periodo de gran apogeo y esplendor del Imperio británico. Duró desde 1837 hasta 1901, 64 años, los años que estuvo la Reina Victoria I en el trono (1).

También se refieren a esta época como *Pax Britannica*<sup>1</sup>, se utiliza este término debido a que el Imperio Británico lideraba como potencia los mares de todo el mundo; en esta época hubo muchos cambios económicos, culturales y científicos que marcaron a Inglaterra como un país industrializado.

Empezó con el ascenso al trono de la Reina Victoria I. Era la hija del príncipe Eduardo, el cuarto hijo del rey Jorge III y llegó al trono a los 18 años cuando la monarquía británica estaba constitucionalmente establecida (2).

El gobierno del país no recaía en exclusividad en la figura de la Reina Victoria. La política del reino se dirigía en el parlamento, el cual estaba dividido en dos partidos, el partido de los *Whig* (partido más liberal) y el partido de los *Tory* (partido más conservador). De ellos dependieron las diferentes reformas y la aprobación de leyes y medidas sociales, como la Ley de pobres.

Esta época de la historia está también marcada por una revolución industrial y por diferentes cambios sociales fomentados por las protestas y revueltas del sector obrero.

---

#### ETAPAS

La época victoriana se divide en tres diferentes etapas (1) y (3):

- **Victorianismo temprano:** Abarca desde el 1837 al 1851. Comprende la llegada al trono de la Reina Victoria I y el asentamiento de la Revolución Industrial en Inglaterra. Durante esta etapa Inglaterra tuvo un ritmo de crecimiento económico lento.
- **Victorianismo medio:** Abarca desde el 1851 al 1873. Comprende un periodo de más de veinte años de estabilidad interna, gracias a los múltiples beneficios de la Revolución Industrial y a la importancia internacional de Inglaterra como país. Durante esta etapa Inglaterra tuvo un ritmo de crecimiento económico más acelerado.
- **Victorianismo tardío:** Abarca desde el 1873 al 1901. Destaca por las protestas sociales, el revuelo surgido en las colonias y en Irlanda y finaliza con la muerte de la Reina Victoria. Durante esta etapa Inglaterra desacelera el ritmo de crecimiento económico con respecto al periodo anterior.

---

#### CRECIMIENTO ECONÓMICO

Inglaterra fue uno de los países pioneros en cuanto a la Revolución Industrial, siendo uno de los países con más peso en el ámbito económico. En la década de 1870 producía la tercera parte de los artículos manufacturados del mundo. No fue hasta finales del siglo XIX cuando otras potencias como Estados Unidos o Alemania alcanzan el nivel de industrialización de Inglaterra (3).

---

<sup>1</sup> Se traduce como "Paz Británica".

La industrialización en Inglaterra abarcaba la producción de carbón, hierro y acero y aunque la industria textil quedó un poco relegada por la construcción del ferrocarril, el país sufrió un gran crecimiento económico e industrial. Inglaterra dominó el comercio del hierro y el acero hasta casi 1870, a final del siglo XIX fue adelantada por Estados Unidos, que terminó siendo el primer productor de hierro y acero (3).

Otra de las causas que llevaron a este crecimiento económico fue la expansión del comercio exterior. Esto fue debido a que Inglaterra producía productos muy competitivos en el mercado (aunque esto terminó descendiendo a finales del siglo), lo que le llevó a esa ampliación del número de países interesados en la compra de sus bienes (3).

---

## REINA VICTORIA



**Ilustración 1:** Franz Xaver Winterhalter. *Retrato de la reina Victoria*, 1859, Victoria & Albert Museum, London, UK.

La Reina Victoria no era la primera opción para sentarse en el trono del Imperio Británico, pese a que era nieta del rey, por delante de ella tenía varios candidatos, ya que fue hija del cuarto hijo del rey Jorge III (2).

En 1820 a la muerte de Jorge III (año en el que también muere el padre de Victoria, Eduardo), el trono del Reino Unido recayó en su tío Jorge IV, ya que era el primero en la línea de sucesión al trono, hasta que murió en 1830. Al no tener hijos que le sucedieran la corona pasó al siguiente en la línea de sucesión, su hermano Guillermo IV, que gobernó hasta 1837 momento en que la corona pasó a Victoria debido a que el rey Guillermo IV tampoco tenía descendientes (4).

Gobernó en privado en una Inglaterra que tenía establecida una monarquía constitucional. Fue un icono de moral y de valores y terminó convirtiéndose en un icono nacional. Fue una de las reinas más longevas de la historia, llegando a estar en el trono 63 años y 216 días, siendo la reina con el segundo legado más largo de la historia de Inglaterra (2).

Inglaterra fue cambiando a la vez que lo hacía la Reina Victoria. Durante el victorianismo temprano ella ascendió al trono, contrajo matrimonio, presenció el asentamiento del bipartidismo político entre los whigs, partido liberal y los tories, partido conservador y finalizó inaugurando la Gran Exposición Internacional.

El victorianismo medio estuvo marcado por la pérdida de su madre y de su marido el príncipe Alberto, el periodo de luto por su marido se extendió hasta el día de su muerte. Fue un icono de moral y de conducta para el pueblo inglés, determinando lo que hoy conocemos como moral victoriana.

Finalmente, durante el victorianismo tardío fue coronada como emperatriz de la India y murió en 1901 en el castillo de Osborne (5).

Es necesario conocer el contexto y la vida de la Reina Victoria, puesto que nos centraremos en ella como figura anciana y de clase alta en los siguientes apartados.

## 1.2 CONTEXTO SOCIAL

La sociedad de esta época estaba marcada por el inicio de la Revolución industrial, lo que provoca unas enormes diferencias a todos los niveles entre los diferentes grupos de población. El estatus económico dividiría a la población en tres estratos, siendo estos; la clase alta, la clase media y la clase baja (4).

---

### CLASE ALTA

Dentro de la clase alta se distinguen dos grupos de población dependiendo de donde provenían sus ingresos y de si poseían o no un título nobiliario. Se dividía en nobles y burgueses.

Los nobles heredaban posesiones y un título nobiliario. A medida que avanzaba el siglo vieron que no podrían mantener su estatus económico y su nivel de vida, por lo que optaron por sumarse a la industrialización.

Sin embargo, la fortuna de los burgueses provenía de su trabajo en la industria. Los burgueses a principios del siglo XIX no eran bien aceptados por la alta clase londinense, pero se fueron haciendo hueco poco a poco según iba avanzando el siglo (6).

---

### CLASE MEDIA

Era un sector de población con pocos integrantes, ya que las diferencias sociales eran tan grandes que prácticamente estaban a un paso de pertenecer a la clase baja. Este sector de población fue creciendo gracias a las riquezas obtenidas con los diferentes negocios que surgieron de la industrialización, como las inversiones en el ferrocarril o las exportaciones. También se vio beneficiada por la lucha por los derechos de los trabajadores, que vio su máximo apogeo a finales de siglo (6).

---

### CLASE BAJA

La clase baja en la época victoriana era el sector más numeroso de la población. El auge de la industrialización debido a los inexistentes derechos laborales afectó especialmente a este sector de la población. Era común el trabajo y la explotación infantil de niños desde los 5 o 6 años de edad.

Un reflejo de las malas condiciones en las que vivían los niños de la clase social baja en esta época está recogido en el libro *Oliwer Twist* de Charles Dickens o la experiencia personal que plasmó Charlotte Bronte en *Jane Eyre*<sup>2</sup> (6).

El mayor grupo de población de pobres tanto al comienzo como al final de la época victoriana eran los ancianos. El escritor James Walvin describió la situación de este colectivo con la frase de "The inescapable penury of old age"<sup>3</sup> (7).

### 1.3 MEDICINA PRE-VICTORIANA

El periodo anterior a la época victoriana fue la época georgiana, que duró desde 1714 hasta 1830. Dicha etapa incluye el periodo de la regencia inglesa (1811-1820), que es enormemente conocido por las novelas de Jane Austen y sus múltiples adaptaciones.

Centrándonos más en el periodo de la regencia, podemos hablar de que fue el último vestigio de medicina antigua antes de que se instaurara la revolución industrial y todos los cambios médicos que esta trajo consigo y de los que hablaremos posteriormente en este trabajo (8).

Durante este periodo se creía que las enfermedades eran causadas por las llamadas miasmas, comúnmente conocidas por aires nocivos. Se pensaba que algunos alimentos crudos eran perjudiciales y solo se comían las frutas y las verduras cuando estaban cocinadas (8).

Seguían utilizando la Teoría Hipocrática de los humores y pensaban que la salud de las personas estaba relacionada con la mezcla de humores que había dentro de los mismos. El desequilibrio de dicha combinación era la enfermedad (8).

### 1.4 ALIMENTACIÓN PRE-VICTORIANA

En cuanto a la alimentación en el periodo anterior a la época victoriana es preciso conocer algunas pinceladas de cómo se alimentaba la gente durante el periodo de la regencia para ver la evolución durante la época victoriana debido principalmente a la revolución industrial.

Comían dos veces al día; la primera en el desayuno que era más tardío y copioso y la segunda en la cena. En concreto las personas de clase social baja comían antes de irse al trabajo y cuando volvían de él. En cambio, las personas de clase alta, además del desayuno y la cena, empezaron a poner de moda el *nuncheon*, lo que en la época victoriana conocemos como una comida ya establecida (9), y en ocasiones durante los bailes de sociedad hacían una recena.

Algunos alimentos como el pescado solo eran consumidos en zona de costa, debido a que no existía forma de transportarlo, por lo que era mucho menos consumido que la carne. El pan seguía siendo la base principal de la dieta y las verduras eran acompañadas siempre de una salsa de mantequilla (9).

El *teatime*, empezó a nombrarse en alguna ocasión, pero no empezó a ser popular hasta la época victoriana (9).

La diferencia entre el periodo previctoriano y la época victoriana es apreciable y hablaremos de ello a lo largo del trabajo y con el foco puesto en la alimentación del colectivo geriátrico.

---

<sup>2</sup> Con experiencia personal, me refiero a las vivencias que tuvo la autora en internados <https://eravictoriana.com/epoca-victoriana/ninos-victorianos/>.

<sup>3</sup> Lo que se traduce como "la penuria ineludible de la vejez".

## 1.5 JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO

La época victoriana es hoy en día un tema de actualidad, son muchas las adaptaciones de libros de esta época, no solo cinematográficas, sino también de grandes plataformas de streaming. Además, la época victoriana es un tema de interés muy recurrente en redes sociales lo que demuestra que el siglo XIX no está pasado de moda.

La época victoriana fue una de las épocas más importantes de la historia de Inglaterra. Marcada por un sinfín de cambios y de acontecimientos históricos, catapultó a Inglaterra a ser una de las mayores potencias mundiales y un ejemplo a seguir en la época. Y fue en la época victoriana cuando se empezó a definir lo que era un anciano, aunque no con el término propio de Senescencia.

Los ancianos en la época victoriana eran el núcleo principal de las familias, considerados en muchas ocasiones la figura de referencia. En otras ocasiones, al perder parte de sus capacidades físicas y mentales eran abandonados y tuvieron que buscar sustento en la caridad y en los hogares de pobres. Fijándonos en estos dos puntos de vista, donde entran en juego las clases sociales y la domiciliación de los ancianos, la alimentación difiere abismalmente entre los ancianos de clase baja y los de clase alta. La alimentación en el medio rural y en el medio urbano también presenta enormes diferencias.

Por último, quiero destacar que el papel de los ancianos en esta época de la historia tiene relevancia en un máster como Nutrición geriátrica debido a que es importante conocer el contexto histórico de dónde partimos para poder seguir avanzando en el futuro y ser cada vez mejores profesionales. El pasado, el presente y el futuro están estrechamente relacionados.

Nuestro campo de estudio en este máster es la nutrición en los ancianos, independientemente de la época o del contexto social y puesto que no hay demasiados estudios relacionados con la vejez en las diferentes épocas históricas, este ha sido uno de los motivos de elección de este TFM.

## 2. OBJETIVOS

1. Estudiar brevemente el contexto histórico y social de la época.
2. Estudio de las mejoras en la alimentación de la tercera edad gracias a la revolución industrial.
3. Conocer las características sociales y alimentarias (horarios, costumbres, etc.) de los ancianos en la época victoriana.
4. Conocer las diferencias en la edad anciana entre la alimentación en el medio rural y la alimentación en el medio urbano.

## 3. METODOLOGÍA

Sobre el tema elegido para el TFM no hay libros o documentos específicos. La información se ha obtenido de libros generales de la época victoriana, no centrados en la vejez.

Para el estudio de la clase alta durante la vejez, el trabajo se ha centrado en la figura de la Reina Victoria I durante sus últimos años de vida, ya que hay diferentes escritos sobre ella.

Debido a la escasa documentación encontrada, se ha optado por incluir el análisis de cuadros de la época, en los que están representados ancianos, para acercarnos más al contexto social y alimenticio de la época.

### Listado de cuadros:

- Franz Xaver Winterhalter. *Retrato de la reina Victoria*, 1859, Victoria & Albert Museum, London, Uk.
- Walter Langley. *Mending Clothes*, sin fecha, colección privada.
- Frederick Daniel Hardy. *Retrato de la Sra. Hearne y su sobrina nieta Fanny Sowman*, sin fecha, colección privada.
- Walter Dendy Sadler. *The end of the skein*, 1896, Lady lever art gallery, National museums Liverpool.
- Walter Dendry Sadler. *Darby and Joan, 1889*, Towneley Hall Art Gellery and Museum, Burnley, Lancashire.
- Walter Dendy Sadler. *Toddy at the Cheshire Cheese*, 1896, Verflugbar als Kunstdruck auf Leinwand.
- Fredrick Daniel Hardy. *The clergyman's visit*, 1850-1855, Wolverhamoton art gallery.
- Walter Langley. *La comida de un hombre pobre*, 1891, colección privada.

Además, se ha estudiado una serie de **recetarios de la época**:

- Gray, A y Hann, A (2020). *How to Cook the Victorian Way with Mrs Crocombe*. Editorial English Heritage.
- Gray, A. (2017). *The Greedy Queen*. Editorial Profile Books.
- Broomfield, A (2007). *Food and Cooking in Victorian England: A History*. Editorial Praeger.

## 4. RESULTADOS

### 4.1 DEFINICIÓN DE ENVEJECIMIENTO

En la época victoriana se empieza a conocer el concepto que ahora nosotros conocemos por envejecimiento, en épocas anteriores de la historia la esperanza de vida era mucho más baja y no mucha gente conseguía llegar al periodo de la vejez, (7).

El término Senescencia no fue definido hasta el siglo siguiente (1920) por G. Stanley Hall, sin embargo, los victorianos tenían su propia definición de anciano. Los victorianos consideraban que una persona era vieja cuando manifestaba estas dos condiciones principales (10):

- Deterioro físico
- Deterioro mental.

Aunque estos dos puntos eran clave para considerar a una persona anciana, el envejecimiento en sí difería en gran medida entre hombres y mujeres. Para un hombre su envejecimiento iba de la mano de su capacidad para trabajar, generalmente, los hombres de clase baja y de clase media trabajaban hasta que morían. Por otro lado, una mujer era considerada anciana dependiendo de su capacidad reproductiva, muchos informes médicos determinaban que el inicio de la menopausia era el comienzo de la vejez para la mujer (10).

Se creía que este declive en los hombres comenzaba entre los 50 y los 75 años, en cambio para las mujeres rondaba entre los 45 y los 55 años (10).

Para este sector de población también se utilizaba el término “second childhood”, muy utilizado en las quintillas escritas por Edward Lear. Estas quintillas muestran al anciano comportándose como un niño, nos transmiten el concepto que tenía la sociedad victoriana de sus mayores, considerándoles personas ineptas, irracionales e indefensas (10).

Como hemos indicado más arriba, la edad a partir de que se considera a una persona anciana no está aún limitada y va a ir cambiando a lo largo de la época victoriana: la Friendly Societies Act of 1875, tenía establecida como edad los 50 años para poder recibir caridad por ser anciano pobre. Posteriormente en 1898, el Old Age Pensions Committee, estableció por primera vez los 65 años como edad de jubilación. Finalmente, cuando se terminó de establecer la ley de las pensiones en 1908, la edad establecida para esta pensión fueron los 70 años (10).

El tipo de cuidado que recibían los ancianos en la época victoriana estaba ligado a su estatus económico. Mientras que los ancianos de clase alta podían permitirse enfermeras, médicos y sirvientes propios, la clase media y la clase baja afrontaba dificultades económicas (10).

Empezaron a tomar auge las llamadas Victorian workhouses, que eran instituciones donde la gente pobre podía ir a trabajar y comer, estaban sujetas a unas normas estrictas de alimentación, entre ellas nada de alcohol o tabaco. Estas workhouse también admitían ancianos pobres, pero estos no estaban sujetos por estas normas de alimentación, por lo que podían fumar y beber alcohol. Las listas de integrantes de estas Victorian workhouses, nos informan que una de cada ocho personas tenía alrededor de 65 años (10).

## 4.2 ESPERANZA DE VIDA

Como ya hemos mencionado en el apartado 1.2 referido al contexto social, los ancianos eran uno de los colectivos más numeroso de Inglaterra. Según avanzaba el siglo el número de ancianos iba al alza. La siguiente tabla muestra el número de personas de 65 o más años de la Inglaterra victoriana (11):

	1861	1871	1881	1891	1901
(a) Population Aged 65 and Older					
Male	423,000	490,500	535,500	606,500	661,100
Female	508,800	584,400	653,100	766,000	856,700
Total	931,800	1,074,900	1,188,600	1,372,500	1,517,800
(b) Percentage of Population Aged 65 and Older					
Male	4.3	4.4	4.2	4.3	4.2
Female	4.9	5.0	4.9	5.1	5.1
Total	4.6	4.7	4.6	4.7	4.7
(c) Non-able-bodied Adult Paupers					
Non-able-bodied Paupers	383,535	451,810	357,243	365,198	387,926
% of All Paupers	43.0	41.6	44.1	46.8	48.4

Sources: Population data from Mitchell (1988: 15). Data on non-able-bodied paupers from Williams (1981: 204–5).

Tabla 1 Número de personas con 65 o más años. Inglaterra y Gales, 1861-1901 <sup>4</sup>

Una de las razones por las que había mayor cantidad de ancianos en esta época fue por el descenso de la mortalidad durante la época victoriana. La mortalidad desciende no solo gracias

<sup>4</sup> La tabla la he obtenido de: Boyer, G. R. (2016). “Work for their prime, the workhouse for their age”: Old Age Pauperism in Victorian England. *Social Science History*, 40(1), 3-32. <https://doi.org/10.1017/ssh.2015.79>

a la disminución de la mortalidad infantil, sino también gracias al aumento de la esperanza de vida (3).

La tasa de mortalidad durante el siglo XIX en Inglaterra estaba alrededor del 22%. Las causas principales dependían principalmente de la situación geográfica y del estatus económico, siendo las principales causas de muerte las causadas por las enfermedades infecciosas.

Por otra parte, la mortalidad infantil, estaba en torno al 150% (3). El historiador Peter Lastett, habló que la esperanza de vida en 1838 era de 40,9 años y de 46 años en 1900, estos datos podrían estar sesgados debido a la gran mortalidad infantil de la época. Muchos de estos niños, que no llegaron a adultos, perfectamente podrían haber llegado hasta los sesenta o los setenta años (10).

Pobreza y ancianidad en muchos casos iban de la mano, en la siguiente tabla podemos apreciar que la pobreza y la precariedad aumentaba según iban aumentando los años. También se puede que la tasa de pobreza fue mucho mayor en mujeres que en hombres. Por lo que ser mujer y anciana era un doble problema en la época (11).

Ages	Population	Total Paupers	Pauperism Rate			Share Relieved Indoors		
			Male	Female	Total	Male	Female	Total
60–65	772,879	41,180	3.9	6.5	5.3	57.4	19.7	32.5
65–70	571,948	62,240	7.7	13.5	10.9	47.3	15.0	25.4
70–75	417,914	77,708	14.9	21.5	18.6	36.1	13.7	21.6
75–80	233,333	60,879	23.2	28.4	26.1	30.1	14.2	20.3
80 and older	149,407	44,860	29.0	30.7	30.0	28.4	17.5	21.7
60 and older	2,145,481	286,867	10.6	15.6	13.4	38.5	15.5	23.7
65 and older	1,372,602	245,687	14.6	20.5	17.9	35.5	14.8	22.3
70 and older	800,654	183,447	19.8	25.3	22.9	32.1	14.8	21.2

Source: Return . . . of Paupers over Sixty (P.P. 1890–1, LXVIII: 566–67).

Tabla 2 Ancianos y pauperismo, Agosto 1, Inglaterra y Gales, 1890 <sup>5</sup>

El historiador McKeown, atribuyó la bajada de la mortalidad a la mejora de la alimentación en la población. Esta teoría no fue apoyada por otros investigadores, que eran más partidarios de atribuir esta bajada de la mortalidad a una suma de diferentes factores, como son la mejora en la alimentación, la mejora en las condiciones sanitarias, la mejora de los conocimientos médicos y la reducción de la virulencia de las enfermedades infecciosas (3).

Vamos a exponer los diferentes factores que pudieron contribuir a disminuir la mortalidad en la época victoriana, y por tanto a aumentar la esperanza de vida y a contribuir a la aparición del estamento de los ancianos.

#### 4.2.1 AVANCES EN LA ALIMENTACIÓN

Como hemos hablado en el apartado de la alimentación pre-victoriana, hubo cambios con respecto a la forma de alimentación y a la distribución de los horarios de comida en la época victoriana.

<sup>5</sup> La tabla la he obtenido de: Boyer, G. R. (2016). "Work for their prime, the workhouse for their age": Old Age Pauperism in Victorian England. *Social Science History*, 40(1), 3-32. <https://doi.org/10.1017/ssh.2015.79>

Muchos de los productos, como por ejemplo el pescado, llegaba de forma más frecuente desde la costa hasta las ciudades del centro de Inglaterra, esto fue debido a la revolución industrial y a las mejoras del transporte que sufrió Inglaterra (3).

Se amplió la distribución de los horarios de comida, incluyendo en las rutinas la comida, a lo que llamaban *nuncheon* en el periodo de la regencia. La hora del té estaba mucho más afianzada también en las costumbres, y el desayuno pasó a ser más temprano y menos copioso que en el periodo anterior (9).

De todos estos cambios hablaremos en mayor medida durante el trabajo, en concreto en el apartado de alimentación y clases sociales.

---

#### 4.2.2 AVANCES CIENTIFICOS

Dentro de los avances científicos que se produjeron durante la época victoriana destacaron:

- La **aguja hipodérmica**, creada por el médico escocés Alexander Wood, que data del año 1853 y fue utilizada de forma muy frecuente en los diferentes laboratorios y consultas médicas (12). A James Young Simpson se le atribuye la creación de la **anestesia** gracias a sus estudios sobre la aplicación del cloroformo como sustancia para aliviar el dolor en los partos. Después, otro médico, John Snow, utilizó esta técnica con la propia reina Victoria en uno de sus partos. El uso de la técnica por la reina terminó por extender la anestesia al resto de la población convirtiéndose en una de las técnicas más utilizadas (13).
- El uso de éter para las operaciones mejoró el trabajo de los cirujanos, aunque al no desinfectar el material instrumental muchos pacientes morían por infecciones ocasionadas por las malas prácticas higiénicas (14). Surgieron importantes avances en la enfermería y cuidado de pacientes. Una de las grandes figuras de esta área de la salud del siglo XIX fue Florence Nightingale, fue una enfermera de la época que revolucionó la profesión y las técnicas de cuidado a los pacientes (15).
- Por último, surgieron avances en la cirugía gracias al uso de antisépticos. A Joseph Lister se le conoce como fundador de la **medicina antiséptica** y como el padre de la **cirugía moderna**, utilizó el ácido fénico (carbónico) como desinfectante para manos, materiales, etc. Además, creó una solución con 20% de ácido carbónico para desinfectar las salas de operaciones. Gracias a la aplicación de su método, en su sala de operaciones se redujo la mortalidad quirúrgica de un 45% al 15% (16).

---

#### 4.2.3 REDUCCIÓN DE LA VIRULENCIA DE LAS ENFERMEDADES INFECCIOSAS

Uno de los motivos por los que aumentó la esperanza de vida fue por la **disminución de la incidencia de enfermedades infecciosas**.

Durante el periodo victoriano el concepto de “transmisión de la enfermedad” tenía muchas diferencias con la definición actual. Se creía que tenía un condicionante hereditario y que estaba relacionado con los hábitos de la persona, el clima y la ubicación en la que se encontraba el paciente (14).

En general, las condiciones sanitarias de Inglaterra no eran las mejores, pero en el entorno rural había muchas menos infecciones por alimentos o agua en mal estado que en las zonas urbanas. Muchas de las muertes están relacionadas con el agua contaminada (17).

Entre las enfermedades que destacaron durante el siglo XIX se encuentran:

- **Cólera:**

El cólera fue una de las enfermedades que mayor impacto tuvo durante la época victoriana. Durante todo el siglo hubo varios brotes de esta enfermedad (18).

Inglaterra fue asolada por varias epidemias. Las más destacadas en 1848, 1853, 1854 y 1866. En concreto, la que ocurrió entre 1853 y 1854, dejó a más de 500 muertos en tan solo 10 días (15). Uno de los médicos más destacados de este periodo fue John Snow, mencionado anteriormente, fue pionero en la investigación y en el trabajo de campo epidemiológico y hoy en día se le considera el padre de la epidemiología moderna (18).

- **Tuberculosis:**

La tuberculosis durante el siglo XIX fue una de las principales causas de muerte relacionada con las enfermedades infecciosas. En Inglaterra se pensaba que la tuberculosis solo la podían padecer las personas que tuvieran susceptibilidad familiar. Actualmente se sabe que se contagia de una persona a otra por el aire. No producía muertes tan violentas como podría producir el cólera (19).

- **Viruela:**

La viruela fue una enfermedad endémica a nivel mundial durante el siglo XIX. Se terminó erradicando de manera global a finales del siglo XIX gracias a las pautas de las autoridades en salud pública de Inglaterra y al método Leicester, que consistía en vigilancia y aislamiento del enfermo junto con una buena desinfección y una posterior vacunación (19).

- **Fiebre tifoidea:**

Una de las enfermedades más comunes en la época victoriana fue la fiebre tifoidea. Podían padecerla personas de todas las condiciones sociales, incluso el príncipe Alberto (marido de la Reina Victoria) murió por esta enfermedad (20).

- **Difteria:**

La difteria fue otra de las grandes enfermedades de la época victoriana. Crecieron el número de casos de esta enfermedad a finales del siglo XIX, llegando a ser una de las principales causas de muerte en la población. La bacteria que causa la enfermedad se identificó en la década de 1880 y no se encontró la antitoxina hasta la década de 1890 (21).

---

#### 4.2.4 HOSPITALES Y NUEVOS TRATAMIENTOS

Uno de los mayores avances durante la época victoriana fue el aumento de **hospitales**. Muchos hospitales fueron fundados durante el siglo XIX para aportar cuidados a la gente enferma. Además, en el siglo XIX, fueron un lugar donde acudían la gente enferma que no tenía otro recurso. Muchos de los pacientes eran atendidos por estudiantes y por médicos que los utilizaban como conejillos para sus respectivos estudios (19).

Los hospitales de la época victoriana tenían reglas sobre quién podía o no hacer uso de sus servicios. De esta manera controlaban que la gente de clase social baja y en su mayoría gente anciana sin ningún recurso hiciera uso de los hospitales para poder tener alojamiento y comida gratis que no podía obtener de otra forma (19).

En ocasiones y siempre en salas muy separadas y mucho mejor equipadas los hospitales eran utilizados por gente de clase alta, pero no era lo común, puesto que la aristocracia prefería ser atendida en la comodidad de su casa (19).

---

## TRATAMIENTOS

El tratamiento y el acceso a un médico estaba vinculado al estatus económico. Mientras que la nobleza o la burguesía tenían médicos propios a quien pagaban una asignación, muchas de las personas de clases sociales bajas dependían de la caridad de los hospitales y de los médicos que estos pudieran tener. Por este motivo, no todas las personas podían acceder a todo tipo de tratamientos y en ocasiones ni siquiera podían tener acceso a un médico (19).

Si hablamos de tratamientos, uno de los grandes remedios de la época era el **cambio de aires** hacia lugares de costa como era Bath pueblo donde abundaban los balnearios y lugares de retiro para curar dolencias gracias al clima de playa y al agua de mar, lo que se denomina **hidropatía**. Esta clase de tratamiento era muy común entre las personas de clase media y de clase alta (13).

Otro de los tratamientos utilizado por los médicos, que estaba muy en auge, era las **purgaciones o las sangrías** mediante sanguijuelas, este tratamiento se fue abandonado a mediados del siglo XIX (14).

La **homeopatía** desarrollada por Samuel Hahnemann también estaba de moda en esta época. Una de sus prácticas más comunes era poner compresas calientes en las quemaduras (19).

Otra de las tendencias en cuanto a tratamientos era el uso de los **opiáceos** como el láudano, que consistía en una mezcla de alcohol y opio y que podía obtenerse sin receta médica (19).

---

### 4.2.5 CONCLUSIÓN

Como conclusión podemos destacar que los avances en medicina como el invento de la anestesia, el uso de los métodos antisépticos, o los estudios relacionados con las enfermedades infecciosas, como el trabajo de John Snow sobre el cólera; además de las mejoras en la alimentación y el aumento de hospitales y tratamientos permitieron que aumentará la esperanza de vida, hecho que fue determinante para que el estamento de los ancianos se consolidará y fuera un estamento numeroso gracias a la disminución, de la tasa de mortalidad. A modo de ejemplo, en el año 1841 la tasa de mortalidad fue de 21,6 por mil disminuyendo en 1901 (final de la época victoriana) hasta 14,6 por mil (3).

### 4.3 FACTORES QUE INFLUYEN EN LAS CONDICIONES DE VIDA DE LOS ANCIANOS

Entre los factores que más influían en el estilo de vida de los ancianos en la época victoriana, y que condicionaban su acceso a la alimentación podemos destacar los siguientes:

1. **Deterioro físico:** El deterioro físico afectaba a la calidad de vida y al acceso a la alimentación porque estaba relacionado con la capacidad de poder trabajar en un trabajo con mejor sueldo.
2. **Deterioro mental:** Además de las enfermedades infecciosas, otro tipo de enfermedades que también afectaron a la población inglesa del siglo XIX y que guardan una estrecha relación con los ancianos fueron las **enfermedades mentales** y la **frenología**. Esta ciencia fue muy popular en la época victoriana. Consistía en diagnosticar el temperamento personal dependiendo de las protuberancias del cráneo de la persona en cuestión. En 1846 se empezó a acuñar el término psiquiatría, derivado del necesario tratamiento para enfermedades mentales que incapacitaban al paciente (14).

3. **Acceso a tratamiento médico** (ya mencionado en el apartado 4.2.4).
4. **Diferentes oportunidades laborales y diferentes sueldos.**

Los ancianos, tanto del sur como del norte de Inglaterra, eran un colectivo marginado, que quedaba como última opción como mano de obra, recibiendo sueldos mínimos y realizando trabajos poco deseables que ningún otro trabajador quería realizar (7).

El trabajo de tendera era uno de los principales oficios de las ancianas. En concreto, podemos hablar de ancianas que vendían manzanas en las puertas de las casas ricas de Londres, y de ancianas que vendían aves de corral en Leadenhall Market <sup>6</sup>. Estas mujeres tenderas trabajaban a la par con hombres ancianos vestidos con ropas roídas que vendían ropa que transportaban en una bolsa grande al hombro (22).

Los ancianos también vendían fósforo y cerillas en las calles de Londres. Este trabajo estaba asociado a gente verdaderamente pobre, que tenía alguna incapacidad física y por ende no podía ganarse la vida de otra manera. Este negocio no daba excesivos beneficios, normalmente el puesto lo ocupaban ancianos o niños muy pequeños, que generalmente iban descalzos (22).

Otro de los empleos que podían optar la gente mayor en el Londres era el puesto de barrendero matutino. Este puesto estaba destinado a la limpieza de las calles a primeras horas de la mañana (22).

Destaca la existencia de una brecha entre ancianos del norte y del sur de Inglaterra, debido a la variabilidad salarial, ya que los ancianos del norte recibían mejores sueldos que los ancianos del sur y esto les permitía tener una pequeña base de ahorros para afrontar esta parte de su vida. También se debía a las diferentes oportunidades de empleo <sup>7</sup>.

Muchos de los ancianos de la época victoriana se vieron beneficiados de los cambios sociales provocados por las "Poor laws" que estuvieron vigentes durante la época victoriana. Estas Poor Laws derivaron en la aprobación de ley de pensiones "The Old Age Pension Act" (11).

Aunque la Ley de las pensiones no se aprobó hasta 1908, la recogida de datos si se realizó en la época victoriana, en concreto, entre 1861 al 1908, gracias al estudio previo de datos de la ley de pensiones y al uso de las poor laws, una de cada cinco personas recibió ayuda económica. En concreto en 1890 había 2,1 millones de ancianos en Inglaterra, de los cuales 1,4 millones tenían 65 años o más, el 17,9% de los ancianos mayores de 65 años y el 22,9% de los ancianos mayores de 70 años se vieron beneficiados de estas poor laws (11).

## 5. Distintos tipos de vida y bienestar:

Un concepto alrededor de los ancianos en esta época que está relacionado con el estatus económico, es lo que se conoce como "lifecycle poverty"<sup>8</sup>, que representa a esos ancianos que tienen que vivir su última etapa de vida dependiendo de la caridad y en extrema pobreza (7).

El "envejecimiento bueno o buena vejez" está asociado a la independencia del anciano y al poder seguir realizando tareas y que es el equivalente al acceso a alimentos, hogar y bienestar que disfrutaba la clase alta; y el "envejecimiento malo o mala vejez" relacionado con el declive funcional y físico y con la necesidad de un apoyo externo que es el equivalente a la escasez, deterioro y falta de recursos que padecía la clase baja (7).

---

<sup>6</sup> Leadenhall Market fue uno de los mercados más grandes de Europa y se encontraba en Londres, Inglaterra.

<sup>7</sup> Generalmente los ancianos del norte trabajaban más en el campo y estaban mejor pagados. En cambio, los del sur aunque había más variedad de empleo los sueldos eran menores.

<sup>8</sup> Lo que se traduce como "Pobreza de ciclo de vida"

En resumen, se considera que el anciano presenta una buena vejez cuando es independiente y mala vejez cuando presenta un estado de dependencia.

Para poder explicar mejor ambos conceptos hablaremos de ellos por separados y los relacionaremos con cuadros de la época donde aparecen ancianos que presentan un “envejecimiento bueno” o un “envejecimiento malo”.

Es preciso aclarar que el hogar en la época victoriana es el centro de la vida familiar y que el papel del anciano en el núcleo familiar estaba visto como una figura de poder y de conocimiento. Por este motivo muchas de las pinturas plasman una escena de hogar (7).

---

### ENVEJECIMIENTO MALO

Como se puede apreciar en el cuadro de Walter Langley en la ilustración 2, ***Mending Clothes*** de Walter Langley, una de las tareas de los ancianos de clase baja en la época victoriana es remendar ropa. Esta tarea también puede estar asociada al empleo de vendedor de ropa del cual hemos hablado en el apartado anterior.



**Ilustración 2:** Walter Langley. *Mending Clothes*, sin fecha, colección privada.

Vemos que el hogar es estrecho, poco luminoso y bastante angosto, además, también se pueden apreciar grietas en las paredes en la zona de la chimenea. Como se puede apreciar no abundan los lujos y es un gran ejemplo de una situación poco acomodada.

---

### ENVEJECIMIENTO BUENO

Como ejemplo de envejecimiento bueno he escogido el cuadro ***Retrato de la Sra. Hearne y su sobrina nieta Fanny Sowman*** de Frederick Daniel Hardy (ilustración 3), en él podemos apreciar notorias diferencias con el anterior.



**Ilustración 3:** Frederick Daniel Hardy. *Retrato de la Sra. Hearne y su sobrina nieta Fanny Sowman*, sin fecha, colección privada.

El entorno donde se encuentran la anciana y su sobrina nieta es mucho más lujoso que el de la anciana que remienda ropa en una casa menos lustrosa y más oscura. Pese a no contar con demasiada iluminación estaba plagado de libros y de muebles de mejor calidad.

Al contrario que en la ilustración 2, los ancianos del envejecimiento bueno disponen de un lugar diferente para comer y otro para cocinar.

Estos dos cuadros nos permiten apreciar las diferencias económicas. En este cuadro en vez de remendar para poder dar más usos a una prenda o para posteriormente venderla, la anciana está tejiendo algo nuevo meramente como pasatiempo.

Destacar la diferencia de ropaje entre ambos cuadros, en la ilustración 3 podemos apreciar una mejor calidad de las telas y una mejor confección de las prendas, incluso podríamos decir que el vestido estaba confeccionado con terciopelo, una tela de mayor calidad y resistencia y mucho más cara.

Con una alta probabilidad la primera anciana no tendría servicio y fuera ella misma quien cocinaría, limpiaría y se encargaría de todo tipo de actividades del hogar. En cambio, la segunda anciana sería servida y atendida por criados propios.

Como otro ejemplo de envejecimiento bueno he escogido el cuadro *The end of the skein* de Walter Dendy Sadler (ilustración 4), esta obra refuerza lo anteriormente comentado, pero en esta ocasión se observa mucho mejor la opulencia de la estancia en la que está descansando la pareja de ancianos.



**Ilustración 4:** Walter Dendy Sadler. *The end of the skein*, 1896, Lady Lever art gallery, National museums Liverpool.

Las preocupaciones principales de los ancianos de las clases sociales altas era el propio deterioro físico y mental, sentirse menos útil, la soledad y la dependencia familiar (7). En cambio, en la clase social baja la mayor preocupación era no morir de hambre y no deteriorarse ni física ni mentalmente para poder seguir trabajando con dignidad y con un sueldo mayor.

#### 4.4 CLASES SOCIALES Y ALIMENTACIÓN

Ya definidos el concepto de buena y de mala vejez, es importante relacionarlos con la alimentación. Como bien hemos dicho antes en el apartado anterior, el estatus económico y social afectaba de forma directa a la alimentación.

Como existe poca información sobre los ancianos en la época victoriana, una de las mejores referencias disponibles como fuente de información son las representaciones artísticas de los pintores Frederick Daniel Hardy, de Walter Langley y de Walter Dendy Sadler. En los cuadros se refleja la diferencia de clases, el estilo de vida y la alimentación entre otras cosas.

Si tenemos en cuenta pinturas (las cuales veremos a continuación) que representan un momento del día donde se disfruta de la comida o donde aparecen alimentos como decoración del hogar típico de la época podemos diferenciar no solo que situación económica tuvieron las figuras de los cuadros sino también su patrón alimenticio.

Además de los cuadros, se hace un análisis de la alimentación con recetarios de la época.

##### 4.4.1 CLASE ALTA

La comida y la gastronomía era una característica distintiva de las clases sociales altas, ya que no solo se mostraba a través de ella su estatus económico, sino que se utilizaba en ocasiones como forma de mantener relaciones sociales de interés (23).

La corriente de seguir la moda proveniente de Francia no solo se extendió en cuanto a la vestimenta, sino que también fue muy popular entre los gustos culinarios de las clases altas, pese a que muchos ingleses la rechazaran (23).

Este estilo francés fue utilizado hasta aproximadamente la mitad del siglo XIX, consistía en presentar todos los platos a la vez en la misma mesa de forma muy ordenada y previamente seleccionados. A mediados del siglo XIX otra vertiente llamada *À la Russe* sustituyó a la forma francesa de servir, en este nuevo estilo los comensales se sentaban a una mesa sin alimentos y la comida era servida por un lacayo desde los lados de los comensales (23).

Las clases altas servían como desayuno platos al grill, fiambres, huevos cocidos y varios tipos de pan y mermeladas. Se acompañaba con bebidas como el té o el café (23).

Como en la época victoriana se adelantó el horario de los desayunos, el almuerzo era necesario, por lo que se añadió esta toma. Empezó siendo un tentempié frío y pasó a ser una comida caliente mucho más elaborada. A partir de 1870, se empezó a servir café después de la comida (23).

Como la comida representaba el estatus, la aristocracia realizaba eventos donde mostrar el poder adquisitivo familiar organizando fiestas, en las que se incluía en muchas ocasiones un banquete. A esto se lo conoce como *dinner-party*. Se realizaba una o dos veces al mes debido a su elevado presupuesto y a la necesidad de contratación de cocineros externos al personal de la familia aristócrata en cuestión (23).

Hasta la década de 1840, este tipo de cenas estaban compuestas de tres platos diferentes (24):

- **Primer plato:** una sopa, pescado y algún que otro plato principal.
- **Segundo plato:** consistía en carnes asadas, productos de caza acompañados de verduras y de otros entremeses.
- **Tercer plato:** consistía en el postre y estaba compuesto por fruta y nueces, acompañado de helados y en alguna ocasión galletas que eran mojadas en vino.

A finales del siglo XIX a este postre también se añadieron alimentos salados, se añadió una bandeja de quesos y el vino era servido en el segundo plato y se tomaba antes del postre (24).

Como ya hemos dicho antes los eventos sociales marcan el día a día de las clases altas victorianas y se instauró un pasatiempo popular entre las mujeres de este estatus llamado *carriage exercise*<sup>9</sup>, donde se ofrecía un refrigerio que consistía en tarta, vino o alguna bebida casera (23).

El *Tea-time*, se empezó a poner de moda en la década de 1840, no se sabe exactamente quien fue la primera persona que introdujo esta costumbre, pero se piensa que fue la duquesa de Bedford, a diferencia del *carriage exercise*, el *Tea-Time* también se podía realizar sin compañía, aunque generalmente se tenían invitados (23).

Las cenas de la aristocracia empezaban con una sopa, que podría ser clara u oscura. Algunos escritores pensaron que la clara estaba atribuida a las damas y que la oscura a los hombres. En un manuscrito de la época<sup>10</sup>, se detalla que se utilizaba pollo en la sopa o ternera porque eran alimentos más caros y causaban mejor impresión a los invitados. Otro tipo de sopas utilizadas eran la sopa de verduras, sopa de magro, sopa de ruibarbo o sopa de tortuga (23).

---

<sup>9</sup> Consiste en visitar a sus allegados y a sus amistades utilizando su carruaje.

<sup>10</sup> En concreto me refiero al manuscrito de Avis Crocombe, que fue sirvienta doméstica durante la época victoriana y que es mencionada en el libro *How to Cook the Victorian Way*.

## CUADROS

Para analizar la alimentación de los ancianos de clase alta hemos seleccionado diferentes obras: como por ejemplo la pintura *Darby and Joan* de Walter Dendry Sadler de la ilustración 6, la escena representa un matrimonio de ancianos.



**Ilustración 5:** Walter Dendry Sadler. *Darby and Joan*, sin fecha, Towneley Hall Art Gallery and Museum, Burnley, Lancashire.

Se puede apreciar varios platos, uno con vegetales que sería el acompañamiento y posiblemente un plato de carne como plato principal. Además, aparecen distintas soperas que incluirían salsas para acompañar a dicha carne.

La bebida que acompaña a los platos es vino, que reposa en una cubitera de la época para que este permanezca fresco.

En cuanto a los elementos de menaje observamos una cubertería de calidad, un mantel blanco y platos de porcelana, que también están presentes en el armario del fondo. Los platos del armario lucen a modo de decoración y representan un estatus elevado.

Con seguridad podemos afirmar que el matrimonio era servido y atendidos por el servicio contratado y que poseían una cocinera propia para sus comidas diarias.

En cuanto a la estancia, podemos apreciar la calidad de los muebles, las alfombras de buena calidad y el centro de mesa de plata con flores frescas como decoración que nos reafirma una vez más la solvencia económica de la pareja.

## RECETARIOS

Uno de personajes más destacados de la clase alta victoriana, sino el que más, fue la reina Victoria. Es bien sabido que la reina Victoria era muy amante de la comida y de los grandes banquetes en palacio, cualidad que conservó hasta el fin de su vida (25).

Gracias a la historiadora Annie Gray tenemos un ejemplo de menú de la época de anciana de la reina. En concreto en los cuatro domingos de enero de 1897 se sirvió rosbif acompañado de pudin de Yorkshire. Los entremeses fueron cambiando dependiendo del domingo, pero se sirvieron platos como espárragos, pudin de boudoir, soufflés helados, achicoria a la nata, budín de cardenal, budín de ciruelas, gelatina de naranja, judías verdes o pan de jengibre (26).

Mrs Barton's recoge en su libro de cocina diferentes recetas que se comían en la época victoriana. Como un ejemplo de receta que podía estar en los menús de la Reina Victoria podemos hablar del gingerbread cake (27):

- **Gingerbread cake:**
  - 1 taza de mantequilla (más un extra para el molde).
  - 1 taza generosa de azúcar moreno.
  - 3 cucharadas de jengibre molido.
  - 2 huevos.
  - 1 taza y media de melaza negra.
  - 3 trazas y media de harina.
  - 1 cucharada de bicarbonato.
  - Media taza de leche tibia.
  - Azúcar glas (opcional).

Otro ejemplo de menú que degustaba la anciana Reina Victoria era en los banquetes que ofrecía por Navidad. En dichos banquetes se servían platos como el pavo asado, carne de cerdo, pasteles de carne, pudin de ciruelas, cabeza de jabalí, Foie-Gras o ternera asada (28).

Mrs Barton's también recoge en su libro la receta del pudin de ciruelas, al que ella ha llamado pudding à la victoria (27):

- **Pudding à la victoria:** el nombre del plato estaba relacionado con el tipo de ciruelas que se utilizaban para realizar el plato.
  - 250 g de bizcocho esponjoso.
  - 2 cucharadas de mantequilla (más un extra para el molde).
  - 1 huevo y 1 yema.
  - 4 tazas de leche.
  - Una pizca de nuez moscada.
  - 1 cucharada de azúcar en polvo.
  - 3 tazas de cerezas en conserva.
  - 4 tazas de cáscara de limón.
  - 5 tazas y media de ciruelas (3 ciruelas).
  - 4 tazas de almendras ralladas.
  - Zumo de 1 limón.

---

### 4.4.2 CLASE MEDIA

Este estrato social apareció gracias al crecimiento de las ciudades como consecuencia de la industrialización. Esto provocó un desplazamiento de arquitectos, abogados, médicos, profesores, funcionarios y comerciantes a las mismas (29).

Los ancianos de clase media intentaban asemejar su alimentación a los ancianos de clase alta, pero Muchos de los ancianos de clase media que podían seguir trabajando realizaban la comida cerca de su puesto de trabajo y lejos de su casa debido a la incompatibilidad de horarios, en establecimientos como los clubs de caballeros o en un chop house <sup>11</sup> (29).

La mujer anciana de clase media no trabajaba y se quedaba en casa realizando una comida ligera a base de carne o pescado en compañía de los hijos, nietos o de invitados (29).

Otro de los cambios que ocurrió alrededor de la década de 1850, fue que las mujeres de clase media compraban cada vez más conservas, encurtidos y salsas, en vez de hacerlas en casa gracias a los avances de la revolución industrial. Muchas de ellas compraban este tipo de productos para aligerar el peso de trabajo de la cocinera de su hogar (27).

Según iba avanzando el siglo, a estos productos procesados se añadieron frutas enlatadas, verduras enlatadas, como los guisantes y los espárragos, levadura (utilizada para panes o pasteles) o bizcochos ya hechos (29).

## CUADROS

Para analizar esta clase social hemos seleccionado dos cuadros. El primer cuadro es ***A Christmas dinner at the rectory*** de Edith Hayllar.



**Ilustración 6:** Edith Hayllar. *A Christmas dinner at the rectory*, sin fecha. Colección privada.

En el cuadro se ve representada una cena de Navidad en una rectoría <sup>12</sup>. En concreto el trabajo de párroco era uno de los trabajos considerados de clase media en la época victoriana y al que también optaban los ancianos. Mucha de la labor de dicho párroco era el dispensar caridad a

<sup>11</sup> Lo que consideraríamos en la actualidad un pub británico.

<sup>12</sup> La Rectoría es la casa del párroco.

aquellos ancianos con menos sustento económico como ya hemos mencionado con anterioridad.

En la pintura se puede apreciar que hay un gran asado, pan cortado en trozos para cada comensal y una guarnición de patatas.

En cuanto a los elementos de menaje podemos apreciar que los utensilios no son tan refinados y que la vajilla no es de porcelana fina, sino que es mucho más funcional y más barata.

En esta ocasión no tendrían criados para ser servidos y posiblemente la comida fuera hecha por una cocinera en el mejor de los casos y en el peor por la mujer del párroco.

En el segundo cuadro, **Toddy at the Cheshire Cheese**<sup>13</sup>, Walter Dendy Sadler, 1896, diferentes caballeros están esperando para realizar una comida en un club.



**Ilustración 7:** Walter Dendy Sadler. *Toddy at the Cheshire Cheese*, 1896, Verfügar als Kunstdruck auf Leinwand.

No se puede apreciar con exactitud el tipo de comida que les servían, pero en una de las alacenas podemos ver un trozo grande de queso, el diferente menaje como los platos o los vasos que utilizaban y que eran de buena calidad. Además, dichos caballeros eran servidos por un empleado del establecimiento.

En cuanto a los elementos de menaje ocurre lo mismo que en el cuadro anterior. Son utensilios más baratos y con mucho más uso.

En cuanto a la estancia, podemos apreciar que el pub era acogedor y realizaba comidas. Los muebles no eran de la mejor calidad, pero si perfectamente funcionales.

---

<sup>13</sup> El Cheshire Cheese es un pub que existe de verdad, además de ser uno de los más antiguos de Londres. A él acudieron médicos, escritores y humoristas y demás gente de clase media. Luján, A. (10 de noviembre de 2022). *Pubs históricos de Londres*. Viajes National Geographic. Obtenido de: [https://viajes.nationalgeographic.com.es/gastronomia/pubs-historicos-londres\\_7866](https://viajes.nationalgeographic.com.es/gastronomia/pubs-historicos-londres_7866)

---

## RECETARIOS

Como hemos apreciado en la ilustración 6, uno de los platos que comía la clase media era el asado con una guarnición de patatas. El asado por lo general era simple y no requería relleno. Solía ir acompañado de verduras o patatas y de una salsa.

Mrs Barton's recoge en su libro de cocina una receta de faisán asado, la cual usaremos como ejemplo (27):

- **Roast pheasant:**
  - 4 cucharadas de mantequilla.
  - 1 ramita de tomillo.
  - Media taza de oporto.
  - 1 cucharada de agua fría.
  - 1 rebanada de pan.
  - 1 taza de migas de pan del día anterior.
  - 1 taza de leche.
  - 1 cucharadita de sal.
  - 1 pizca de maicena.
  - 1 pizca de cayena.
  - 1 cucharada de nata.

---

### 4.4.3 CLASE BAJA

La alimentación de los ancianos en este estrato social era muy diferente con respecto a las clases altas y con respecto a una gran parte de la clase media que si disponían de medios económicos suficientes como para permitirse comer con mayor calidad. Una de las grandes preocupaciones de los ancianos de esta clase social era terminar abandonado en un asilo de pobres o terminar viviendo gracias a la caridad de la iglesia (30).

Como muestra de la alimentación en las clases bajas de la sociedad tenemos el siguiente fragmento sacado de la obra *The Condition of the Working-Class in England in 1844* (30):

'we find the animal food reduced to a small piece of bacon cut up with the potatoes; lower still, even this disappears, and there remain only bread, cheese, porridge, and potatoes, until on the lowest round of the ladder, among the Irish, potatoes form the sole food' (Engels, 1892). (P.153)

“Encontramos el alimento de origen animal en una pequeña pieza de tocino cortado con patatas; más abajo aún, incluso desaparece y solo queda pan, queso, gachas y patatas, en el escalón más bajo de la escalera, entre los irlandeses, la patata es su único alimento” (Engels, 1892). (P.153)

---

## CUADROS

Para analizar esta clase social se ha elegido el cuadro *The clergyman's visit* de Fredrick Daniel Hardy que se muestra en la ilustración 8, en este cuadro, Fredrick Daniel Hardy nos muestra una situación muy diferente a los cuadros que hemos visto en la ilustración 5, que representa a la clase alta o en la ilustración 6, que representa a la clase media.



**Ilustración 6:** Fredrick Daniel Hardy. *The clergyman's visit*, 1850-1855, Wolverhamoton art gallery.

La escena representa un hogar de clase baja rural, el cual estaba en tan mala situación económica que incluso podría despertar el interés de organizaciones como la iglesia, que hacía la labor de beneficencia y ayuda a los pobres. Este hecho se ve representado por el párroco que visita al matrimonio anciano del cuadro.

En cuanto a la alimentación, podemos apreciar cómo hay alguna que otra cebolla dispersa por el suelo de la casa, lo que nos hace saber que es un alimento utilizado en las clases sociales bajas y que posiblemente se asocie a una “mala vejez”.

También se puede apreciar algún tipo de verdura al lado de las cebollas del suelo y un tablón con un cuchillo para poder cortar madera y avivar posteriormente la chimenea donde también se podía cocinar.

Al igual que en la ilustración 2, esta pareja de ancianos cocina y come en el mismo lugar. No tienen servicio y su manutención dependía de sí mismos y de la caridad.

Aunque no aparezca en el cuadro, el pan estaría dentro de la dieta de esta pareja de ancianos. El pan era un alimento muy común y consumido en la Inglaterra victoriana. Era la forma de consumo de cereales más común y en la que más presupuesto se invertía. En los barrios pobres, la masa de pan generalmente contenía alumbre o patatas hervidas, disminuyendo así su calidad (31).

En la repisa encima de la chimenea podemos ver una tetera. Eran muy comunes puesto que bebidas como el té, eran una de las bebidas más populares de la época. Era un producto caro, que no todas las casas se podían costear diariamente. En cambio, la cerveza, que era la bebida preferida de los ingleses y que competía con el té en popularidad, era mayormente consumida por las clases bajas (31).

La leche no fue un alimento especialmente consumido, aunque su consumo aumentara en el último tercio del siglo XIX. Era un producto con una calidad e higiene bastante dudosa, a la cual se le añadía agua como adulteración (31).

Al final de la década de 1870, las despensas de la clase baja cambiaron con respecto al comienzo de la época victoriana. En dichas despensas ahora se podía encontrar algún tipo de carne en lata, mermelada comprada y un sustituto de la mantequilla, lo que actualmente conocemos como margarina (27).

## RECETARIOS

Mrs Barton´s recoge en su libro de cocina diferentes recetas que se comían en la época victoriana. Muchas de ellas son comunes entre la gente pobre como la siguiente sopa que aparece en su libro y que era vendida a la gente pobre en los mercados (27):

- **Sopa para los pobres:** la carne debía cortarse muy pequeña y debía ponerse la suficiente cantidad de agua.
  - 10 libras de carne de res.
  - 3 libras de cebada escocesa.
  - 1 galón de nabos.
  - 12 zanahorias
  - 8 cebollas.
  - Sal y pimienta al gusto.

## 4.5 ESTUDIO DE LOS ANCIANOS EN EL MEDIO RURAL Y EN EL MEDIO URBANO

### CLASE BAJA URBANA

Para entender en profundidad la alimentación de los ancianos de esta época es preciso dividirlos por localización y hablar por separado de los ancianos de clase baja que vivían en ciudades de los ancianos de clase baja que vivían en zonas rurales.

En el primer periodo de la época victoriana hubo un gran movimiento desde las zonas rurales hacia los núcleos urbanos. Por lo que muchos ancianos que se mudaron de jóvenes para poder tener una mejor oportunidad laboral en la ciudad se quedaron aquí durante su vejez (30).

Durante el segundo periodo de la época victoriana la sociedad estaba dividida a partes iguales entre el ámbito rural y ámbito urbano. Sin embargo, a finales del tercer periodo la ocupación del medio urbano eran tres cuartas partes del total de la población, dejando solo un cuarto de población residiendo en el ámbito rural (30).

Debido a este desarrollo de la agricultura en Inglaterra, los alimentos básicos de las familias trabajadoras tanto del medio rural como del medio urbano de la época victoriana eran el pan y las patatas (ver tabla 3). Como podemos ver en la tabla 3, tanto el consumo de leche, como la carne o las grasas era muchísimo menor que el consumo de pan y patatas (30).

Food	1841	1863	1887-1901	1902-1913
Bread (lb)	5.4	5.4	6.5	6.7
Potatoes (lb)	5.2	2.4	1.6	2.9
Milk (pints)	1.6	0.75	1.4	1.7
Sugar (lb)	0.4	0.5	0.9	1.0
Meat (lb)	1.0	0.8	1.4	1.3
Fats (lb)	0.4	0.3	0.5	0.48

Tabla 3 Consumiciones semanales. 1841-1913.

Al pan, en ocasiones y siempre y cuando se pudiera adquirir, se le incluían otro tipo de alimentos como las verduras, la fruta, la carne o el pescado (17).

En muchas ocasiones los ancianos que aún podían seguir trabajando en las fábricas sobrevivían a base de pan de panadería de mala calidad, té muy diluido y una gran cantidad de patatas hervidas como único sustento alimenticio (27).

#### CLASE BAJA RURAL

En el medio rural, prácticamente solo existía una clase social, la clase baja, a excepción de gente de clase social alta que se retiraba al campo a descansar. Para comparar la alimentación de la clase rural y urbana nos fijamos en la tabla 4.

Foods:	1863		1902-13	
	Indoor	Rural	Urban	Rural
Bread (lb/week)	5.4	6.9	6.7	5.7
Potatoes (lb/week)	2.4	4.4	2.9	4.4
Milk (pints/week)	0.75	1.6	1.7	2.0
Sugar (lb/week)	0.5	0.4	0.9	0.8
Meat (lb/week)	0.8	0.9	1.3	0.8
Fats (lb/week)	0.3	0.3	0.5	0.3
Nutrients:				
Energy value (kcal/d)	2190	2760	2431	2172
Protein (g/d)	55	70	67	56
Fat (g/d)	53	54	73	53
Carbohydrate (g/d)	370	460	380	370
Iron (mg/d)	12.5	15.9	12.2	11.0
Calcium (g/d)	0.36	0.48	0.47	0.41

Tabla 4 Comparación de la consumición de comida en el entorno familiar entre el medio rural y el medio urbano.

Se puede apreciar que el consumo de alimentos procedentes de la agricultura era mayor en la clase baja rural, esto podía ser debido a la proximidad con este tipo de alimentos que ofrecía el medio rural. En cambio, a finales de la época victoriana y con el cambio de época esta situación estaba revertida y uno de los motivos fue el aumento de sueldo de los trabajadores urbanos que los trabajadores rurales no tuvieron (30).

En las zonas rurales también se comía pan como alimento principal y en ocasiones puntuales se le añadía carne o leche. El pescado era aún menos común en zonas rurales y generalmente no se consumía, excepto en zonas que estuvieran cerca del mar (17).

Sin embargo, la dieta de las zonas rurales era mejor que la de las zonas urbanas debido a que se pagaba en especias, alimentos o en pequeñas porciones de tierra que posteriormente se cultivaban (17).

El domingo era la cena especial en la cual se incluían alimentos que no se comían el resto de la semana como son la carne y las verduras (30).

Debido a decisiones erróneas sobre la gestión del país a finales del siglo XVIII y principios del siglo XIX, las poblaciones de clase baja de las zonas del sur de Inglaterra fueron más pobres y muchos de ellos como vimos en la imagen 6, terminaron por pedir caridad y ayuda económica al estado (30). La situación fue tal que hubo varias revueltas en diferentes puntos de Inglaterra, debido el precio de los alimentos y la sustitución de la mano de obra humana por máquinas (30).

La situación de estas familias era peor cuando los hijos eran pequeños y no podían trabajar para conseguir dinero para el núcleo familiar, esta situación empeoraba cuando todos los hijos abandonaron el hogar y se quedaba solo el matrimonio anciano, puesto que el deterioro que producía la vejez impedía que el hombre pudiera trabajar fuera de casa y no aportaba ingresos externos (30).

Como podemos ver en la ilustración 9, **La comida de un hombre pobre** de Walter Langley del año 1891; la dieta de la clase baja rural consistía en pan, patatas, mantequilla, queso y tocino, ya que productos como la carne, el pescado, la leche, la fruta o la verdura eran más difíciles de conseguir debido a su alto precio por las dificultades de transporte y de conservación de la época. En las ocasiones en las que podía conseguir algún tipo de carne, era el cabeza de familia el que la consumía (30).



Ilustración 7: Walter Langley. *La comida de un hombre pobre*, 1891, colección privada.

El anciano del cuadro está cortando un poco de pan que acompañará con el té que habría preparado en la tetera. El menaje que utiliza no es ostentoso y es práctico.

En cuanto a la estancia se puede apreciar que los muebles están desgastados y que las paredes poseen grietas visibles.

## 5 CONCLUSIONES

El trabajo y la lectura de las referencias escogidas nos ha permitido sacar las siguientes conclusiones:

1. La época victoriana estuvo marcada por múltiples cambios, adaptaciones provocadas por la industrialización, revueltas sociales y avances en el campo científico. Destacando una mejora en la esperanza de vida gracias al trabajo de médicos como John Snow en relación con las enfermedades infecciosas, la mejora de los hospitales y de los tratamientos y el invento de la anestesia, los métodos antisépticos y la aguja hipodérmica entre otros.

2. Sabemos que el concepto de anciano que tenían en la época victoriana estaba ligado a la presencia de dos condiciones esenciales, como son el deterioro físico y el deterioro mental. Además, se creía que este declive en los hombres comenzaba entre los 50 y los 75 años, en cambio para las mujeres rondaba entre los 45 y los 55 años.
3. Se clasificaba el tipo de envejecimiento en dos subtipos, esto provocó que el papel del anciano tuviera dos posibles estilos de vida dependiendo de su estatus económico y de su forma de envejecimiento. Por un lado, tenemos a los ancianos que padecían una mala vejez debido a su deterioro físico y mental provocado por diversas circunstancias sociales, económicas y personales y, por otro lado, tenemos a los ancianos que padecieron una buena vejez y que disfrutaron de una mayor independencia, esto en su mayoría gracias a las buenas condiciones de vida que les aportó un mejor estatus económico.
4. Los ancianos de clases sociales altas tenían el privilegio de no trabajar para subsistir y podían acceder a todo tipo de alimentos. Los ancianos de este estatus económico utilizaban la comida como muestra de riqueza. Realizaban eventos donde la comida era un punto importante para mostrar el poder adquisitivo familiar.
5. Los ancianos de clase media intentaban asemejar su alimentación a los ancianos de clase alta, sin embargo, los hombres que trabajaban realizaban en la mayoría de las ocasiones las comidas en pubs o lugares para caballeros que estaban más cerca de sus puestos de trabajo. En cambio, las mujeres ancianas de esta clase social se quedaban en sus casas y en ocasiones comían acompañadas de familiares o amigos.
6. Por último, diferenciar a los ancianos de clase baja que trabajaban en los peores puestos de trabajo que existían, ganaban una miseria y a apenas podían mantenerse a sí mismos, incluso muchos de ellos terminaban en las casas de pobre o dependiendo de la caridad. Su alimentación se basaba en pan, patatas, mantequilla, queso y tocino. Otros alimentos como las verduras, la leche, la carne o el pescado no estaban dentro de su dieta debido al alto precio que estos ostentaban.
7. Hay que destacar las diferencias entre los ancianos de clase baja que habitaban en las ciudades y los ancianos de clase baja que habitaban en el campo, puesto que entre ambos grupos había una brecha de calidad de vida que dependía de factores como el bienestar, el lugar de vivienda y los salarios.

A través de los cuadros y de diferentes recetarios hemos podido recopilar información suficiente como para analizar la forma de vida y la alimentación de los ancianos en la época victoriana. Con toda esta información, podemos afirmar que el colectivo anciano además de ser uno de los más numerosos de la época, estaba sujeto no solo al tipo de envejecimiento que presentaba, sino a las consecuencias directas del estrato social al que pertenecía.

La literatura, el arte y la historia nos muestra otro punto de vista sobre los cuidados y la vida de las personas mayores, de la cual debemos aprender, ya que es otra forma de afrontar la evolución y los cambios que aparecen durante el envejecimiento.

## 6. BIBLIOGRAFÍA

- (1) Equipo editorial, Etecé. (2023). *Época Victoriana: qué fue, etapas, política y características*. Enciclopedia Humanidades. <https://humanidades.com/epoca-victoriana/>
- (2) Biblioteca Nacional de España. (30 de mayo de 2023). *Victoria I, Reina de Gran Bretaña*. (s. f.). Datos.bne.es. <https://datos.bne.es/persona/XX979643.html>
- (3) Canales, E. (1999). *La Inglaterra Victoriana*. Ediciones Akal, S. A.
- (4) History, C. (2020). *La era victoriana: una fascinante guía de la vida de la reina victoria y una era en la historia del Reino Unido conocida por su orden social basado en la jerarquía* (Vol. 1). Autopublicado en Amazon.
- (5) Fernández, T. y Tamaro, E (2004). *Victoria I de Inglaterra. Cronología*. (s. f.). Biografía y Vidas, La enciclopedia biográfica en línea. [https://www.biografiasyvidas.com/monografia/victoria\\_i/cronologia.htm](https://www.biografiasyvidas.com/monografia/victoria_i/cronologia.htm)
- (6) (11 de septiembre de 2011). *Época Victoriana - ¿Cómo fue este momento histórico?* Era Victoriana. <https://eravictoriana.com/epoca-victoriana/>
- (7) Palmor, L. (2015). Exploding the Hearth. *Age culture humanities*, Vol 2, (185-201). <https://doi.org/10.7146/ageculturehumanities.v2i.130743>
- (8) (4 de marzo de 2017). *Regency medicine: betwixt and between*. Random bits of fascination. Obtenido de: <https://randombitsoffascination.com/2017/03/04/rename-a-touch-of-consumption-by-kyra-cornelius-kramer/>
- (9) Domínguez, S. (2022). A la mesa con Jane Austen: La cocina y la alimentación en sus novelas. Universidad de Valladolid, grado en Nutrición Humana y Dietética. Obtenido de: <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/54357>
- (10) Wiley, J (2014). *A New Companion to Victorian Literature and Culture*. Editorial Wiley-Blackwell.
- (11) Boyer, G. R. (2016). "Work for their prime, the workhouse for their age": Old Age Pauperism in Victorian England. *Social Science History*, 40(1), 3-32. <https://doi.org/10.1017/ssh.2015.79>
- (12) Barbará, B. V. (2010). *La antropología victoriana y el estudio de la religión griega*. [Tesis de doctorado, Universidad de Santiago de Compostela] Fundación Dialnet – Universidad de la Rioja.
- (13) Sánchez, O. (2015). Curiosidades en medicina. *Rev. Méd. Rosario*, Vol 81 (135). <http://www.circulomedicorosario.org/Upload/Directos/Revista/256541Felix%20Sanchez%20Simpson.pdf>
- (14) Marsh, J. (8 de diciembre de 2014). *Health & Medicine in the 19<sup>th</sup> Century*. Victoria and Albert Museum, Online Museum, Web Team. <http://www.vam.ac.uk/content/articles/h/health-and-medicine-in-the-19th-century/>
- (15) Nightingale, F. (1995). *Notas sobre enfermería: qué es y qué no es*. Editorial Elsevier-Masson.
- (16) Martínez, E y Tapia, J. (2023). Joseph Lister. Biografía. *Revista de divulgación de la División de Estudios de Posgrado*, Vol 1 (1). <https://www.revistamedicinaycultura.fmposgrado.unam.mx/index.php/2023/01/24/joseph-lister-biografia/>
- (17) Greaves, P. (2018). Regional differences in the mid-Victorian diet and their impact on health. *JRSM open*. <https://doi.org/10.1177/2054270417751866>
- (18) Cerda L, Jaime, & Valdivia C, Gonzalo. (2007). John Snow, la epidemia de cólera y el nacimiento de la epidemiología moderna. *Revista chilena de infectología*, 24(4), 331-334. <https://dx.doi.org/10.4067/S0716-10182007000400014>
- (19) Carpenter, M. P. (2009). *Health, Medicine, and Society in Victorian England*. Editorial Praeger.
- (20) Blog Editor. (28 de marzo de 2019). *Are Victorian diseases making a comeback?* UK Health Security Agency. <https://ukhsa.blog.gov.uk/2019/03/28/are-victorian-diseases-making-a-comeback/>
- (21) *Diphtheria*. Museum of Healthcare at Kingston. <https://www.museumofhealthcare.ca/explore/exhibits/vaccinations/diphtheria.html>
- (22) Flanders, J (2015). *The Victorian city: Everyday life in Dickens' London*. Editorial Griffin.
- (23) Rodríguez, J. M. D. (2005). La revolución industrial británica y la alimentación. Notas para un estudio historiográfico. *Studia Zamorensa*, Vol 7 (327-374) <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1179992>
- (24) Gray, A y Hann, A (2020). *How to Cook the Victorian Way with Mrs Crocombe*. Editorial English Heritage.

- (25) Velázquez, M (5 de septiembre de 2022). *¿Por qué decían que Victoria era una “reina glotona”?* Así era su terrible obsesión por la comida. Vanidades. <https://www.vanidades.com/realeza/por-que-decian-que-Victoria-era-una-reina-glotona-Asi-era-su-terrible-obsesion-por-la-comida-20220905-0005.html>
- (26) Gray, A. (2017). *The Greedy Queen*. Editorial Profile Books.
- (27) Broomfield, A (2007). *Food and Cooking in Victorian England: A History*. Editorial Praeger.
- (28) Silva, D. (20 de diciembre de 2019). *Así eran los banquetes navideños de Victoria, una reina obsesionada por la buena mesa*. Monarquías.com. Obtenido de: <https://secretoscortesianos.wordpress.com/2019/12/20/asi-eran-los-banquetes-navidenos-de-victoria-una-reina-obsesionada-por-la-buena-mesa/>
- (29) Walton, J. K. (2001). *La clase media en la Gran Bretaña Victoriana: identidad, poder y cultura, 1837-1901*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=253539>
- (30) Oddy, D. J. (1970b). Food in nineteenth century England: nutrition in the first urban society. *Proceedings of the Nutrition Society*, 29(1), 150-157. <https://doi.org/10.1079/pns19700034>
- (31) Canales, E y Carbajal, Á. (2012). Cuando alimentarse era peligroso para la salud: la adulteración en Gran Bretaña al mediar el siglo XIX. *Revista HMiC: història moderna i contemporània*, 10, (88-138). <https://ddd.uab.cat/pub/hmic/16964403n10/16964403n10p88.pdf>