

## **CULTURA CASTREJA NA VERTENTE OCIDENTAL DA SERRA DA ESTRELA: OS CASTROS DA MONTANHA, HÁBITOS ALIMENTARES E MODOS DE VIDA**

Elsa Ramos <sup>1</sup>

Carla Castro<sup>2</sup>

Rita Saraiva<sup>3</sup>

### **Resumo:**

A vertente ocidental da Serra da Estrela, decorrente das suas características, propiciou a fixação de povoados, cujas características geomorfológicas foram sistematicamente aproveitadas, na criação de uma rede de povoados de castros da meia encosta.

A diversidade de fauna e flora característica desta zona de média altitude, constituía fonte variada de matérias primas, às quais empregavam técnicas de transformação e armazenamento, permitindo a elaboração de um receituário baseado em produtos de origem natural e acessíveis aos povos, constituindo assim o seu regime alimentar.

Pautada por características singulares, representa um enorme potencial turístico nas vertentes histórico patrimonial, arqueológico, natural e turístico. De realçar as potencialidades resultantes da simbiose entre o património cultural e natural deste território conferindo um potencial e recurso de valor inestimável, passível de promover a divulgação de tradições, possibilitando o desenvolvimento de estratégias de comunicação/discursos com públicos muito diversificados, possibilitando a projeção da região.

Este trabalho de investigação centrou-se na análise da distribuição geográfica destes povoados, estrutura social, os seus modos de vida, hábitos alimentares e forma de exploração dos recursos endógenos.

Pretendeu-se ainda com o presente trabalho estabelecer um paralelo entre a forma de exploração dos recursos endógenos pelas populações ancestrais e as tendências verificadas ao longo dos tempos, com as alterações do modo de vida, dos hábitos alimentares subjacentes ao desenvolvimento tecnológico, alteração/evolução de técnicas de produção e a globalização.

Foi realizada uma análise cronológica com o contributo da toponímia, análise cartográfica, monografias para o conhecimento da realidade patrimonial existente ao longo do território alvo do estudo.

**Palavras-chave:** Proto-história, Castros, Paisagem, População, Bolota e Castanha.

---

<sup>1</sup>Instituto Politécnico da Guarda/UDI/ESTH [elsaramos@ipg.pt](mailto:elsaramos@ipg.pt)

<sup>2</sup>Instituto Politécnico da Guarda/UDI/ESS [carla.castro@ipg.pt](mailto:carla.castro@ipg.pt)

<sup>3</sup> Centro Interpretativo de Seia e Seu Centro Histórico [museu@misericordiadeseia.pt](mailto:museu@misericordiadeseia.pt)

## **CASTRO CULTURE IN THE WESTERN SLOPE OF THE SERRA DA ESTRELA: THE MOUNTAIN CASTROS, FOOD HABITS AND WAYS OF LIFE**

### **Abstract:**

The western slope of the Serra da Estrela, due to its characteristics, favoured the settlement of settlements, whose geomorphological characteristics were systematically taken advantage of, in the creation of a network of mid hill fort settlements.

The diversity of fauna and flora characteristic of this area of medium altitude, constituted a varied source of raw materials, to which transformation and storage techniques were employed, allowing the elaboration of a recipe based on products of natural origin and accessible to the people, thus constituting their diet.

Marked by singular characteristics, it represents an enormous touristic potential in the historical heritage, archaeological, natural and touristic aspects. The potential resulting from the symbiosis between the cultural and natural heritage of this territory should be highlighted, conferring a potential and invaluable resource, capable of promoting the dissemination of traditions, enabling the development of communication strategies/discourses with very diversified audiences, making it possible to project the region.

This research work focused on the analysis of the geographical distribution of these settlements, social structure, their way of life, eating habits and the exploitation of endogenous resources.

This work also aimed to establish a parallel between the way endogenous resources were exploited by ancestral populations and the trends seen over time, with changes in lifestyle, eating habits underlying technological development, change / evolution of production techniques and globalization.

A chronological analysis was carried out with the contribution of toponymy, cartographic analysis, monographs for the knowledge of the existing heritage reality along the target territory of the study.

**Keywords:** Proto-history, Castros, Landscape, Population, Acorn and Chestnut.

### **1. INTRODUÇÃO**

O interesse do mercado turístico por sítios arqueológicos é relevante e incentiva a procura deste tipo de recursos para uma oferta turística educativa e de entretenimento que possa ser desfrutada pelos visitantes. A Interpretação do Património Arqueológico deverá ser assumida como um caminho de valorização e gestão patrimonial de um território.

A Serra da Estrela além da neve, da fauna e da flora, apresenta uma orografia de proporções colossais, que potencia o Turismo de Natureza que se apresenta com a

potencialidade de um produto âncora. Apesar disso, é necessário vislumbrar os benefícios e as vantagens do Turismo Cultural sustentável em relação ao fortalecimento da identidade e valorização da cultura; despertar o sentimento de pertença e redescoberta de locais e sítios arqueológicos que gerem a dinamização da cultura da região; o sentimento de cooperação e de participação através de um planeamento turístico estratégico e integrado. Um dos desafios para essa tarefa é justamente a compatibilização de linguagens, objetivos, modos de operação e de conceção sobre o Turismo Arqueológico (Barretto, 2000).

O turismo arqueológico é uma segmentação do turismo cultural que está em diálogo com outros segmentos turísticos, como o ecoturismo e o turismo pedagógico, possui potencial para contribuir para o desenvolvimento sustentável de uma região na medida em que valoriza o “[...] património cultural, promove educação patrimonial, contribui para a cidadania cultural, empodera a comunidade local, fortalece vínculos identitários e colabora para a promoção de trabalho e renda” (Costa, 2016, p. 189).

A utilização e conservação do património cultural em articulação com a comunidade local, tem como propósito minimizar quaisquer impactos adversos e maximizar os benefícios sociais, ambientais e económicos, que contribuem para o desenvolvimento turístico sustentável, de acordo com os ideais preconizados na Carta Europeia do Turismo Sustentável (ICNF<sup>4</sup>).

O presente estudo incide sobre as primeiras ocupações humanas, da área geográfica da vertente ocidental da Serra da Estrela, decorrente das suas características, que propiciou a fixação de povoados, cujas características geomorfológicas foram sistematicamente aproveitadas, na criação de uma rede de povoados de castros da meia encosta.

A diversidade de fauna e flora característica desta zona de média altitude, constituía fonte variada de matérias primas, às quais empregavam técnicas de transformação e armazenamento, permitindo a elaboração de um receituário baseado em produtos de origem natural e acessíveis aos povos, constituindo assim o seu regime alimentar.

Esta investigação centrou-se na análise da distribuição geográfica destes povoados, estrutura social, os seus modos de vida, hábitos alimentares e a forma de exploração dos recursos endógenos.

Pretendeu-se ainda com o presente trabalho estabelecer um paralelo entre a forma de exploração dos recursos endógenos pelas populações ancestrais e as tendências verificadas ao longo dos tempos, com as alterações do modo de vida, dos hábitos alimentares subjacentes ao desenvolvimento tecnológico, alteração/evolução de técnicas de produção e a globalização.

Foi realizada uma análise cronológica com o contributo da toponímia, análise cartográfica, monografias para o conhecimento da realidade patrimonial existente ao longo do território alvo do estudo.

---

<sup>4</sup> ICNF <https://www.icnf.pt/turismodenatureza/turismosustentavel>

## **2. METODOLOGIA**

A área de estudo sobre a qual incide este trabalho, exígua de investigação (Alarcão, 1988) relativamente à prática, estudo e posterior promoção e valorização enquanto elemento arqueológico e de referência turística, evidenciando a pertinência da presente investigação como instrumento de referência e identificação destes locais, assim como a possibilidade da sua posterior utilização em dissertações e artigos científicos, como forma de os valorizar, promover e salvaguardar, compreendendo de forma basilar a sua fruição pública .

Na sequência do trabalho monográfico apresentado à Faculdade de Letras da Universidade do Porto (Saraiva, 2013), o processo de prospeção arqueológica, levantamento e pesquisa recaiu sobre a ocupação humana mais antiga da montanha da Serra da Estrela, numa perspetiva multidisciplinar onde foi abordada a Arqueologia, Geografia, Cartografia, Toponímia, entre outras. Foi ainda possível criar um paralelismo com outros territórios com a mesma orografia, onde a investigação e trabalhos arqueológicos demonstram evidências concretas e sólidas.

Quando analisamos uma área como é o caso da Serra da Estrela, cuja montanha com cerca de 2000 m é estudada de forma sistemática por investigadores, sobre temas como a fauna, a flora, a hidrografia, e acima de tudo o clima, que do ponto de vista geográfico apresenta muitas especificidades, em consequência da altitude.

A fixação humana teve todos estes condicionalismos em linha de conta, não considerando a montanha e o seu clima um entrave à permanência, mas sim uma oportunidade de fixação a meia encosta, como estratégia de atenuar os efeitos do clima, e aproveitar a capacidade de controlo e vigilância sobre o território em constante mutação "política" e social.

Ainda hoje muitos povoados da montanha se localizam a meia encosta, cuja toponímia, modos de vida e atividades desenvolvidas, são muito semelhantes aos seus congéneres da Proto-História. É nesta linha que seguimos esta análise aqui apresentada e concluímos que a origem dos povoados fixados, têm uma linha de continuidade desde tempos muito antigos, até à época contemporânea, onde modos de vida e atividades, foram pautadas pelas tecnologias de trabalho e uso dos recursos da natureza e da montanha.

## **3. POVOAMENTO**

A Península Ibérica nos atuais territórios compreendidos de Portugal e Espanha foi ocupada por povos Pré-Romanos, cuja diversidade cultural se manifestou pela sua multiculturalidade, modos de vida e linguística, tendo sempre uma matriz *standard* de ocupação do território. A sua fixação no território e exploração, com vista à subsistência e a então forma de organização hierárquica social, fazem destes povos as primeiras aldeias do I milénio a.C.

A Cultura Castreja foi um fenómeno cultural irradiado no norte da Península Ibérica, zona da Galiza e noroeste de Portugal, onde os primeiros povoados surgiram com vista ao controle do território e sua exploração.

**Figura 1.** Área das Províncias Romanas



Fonte: (Adaptado Alarcão, J. 1992)

A área pertence ao eixo montanhoso cordilheira Montejunto-Estrela, região de montanha, em que o profundo modelado do relevo predomina, com montes elevados e vertentes abruptas, desenvolvendo-se para oeste numa planície designada de “Plataforma da Beira Alta” ou “Plataforma do Mondego” (Ferreira, 1978). Em zonas de montanha em que a implantação das populações é feita de forma condicionada, é desenvolvido o “domínio arcaizante da montanha”, como escreveu o geógrafo Orlando Ribeiro (1967, p.167), para caracterizar a capacidade de adaptação ao meio refletida nos povoados construídos do granito, desenvolvidos nas encostas por onde se erguem engenhosamente construídos os socalcos agrícolas. Do ponto de vista climático, o território é predominantemente marcado pelo clima frio e húmido, por vezes, seco, com a ocorrência de invernos bastante rigorosos.

Numa reconstituição do passado mais remoto, entendemos as dinâmicas humanas, a dispersão e a implantação dos aglomerados do III<sup>o</sup> ao I<sup>o</sup> milénio a.C. (Bronze Antigo Médio e Final), para uma análise à escala

local das primeiras sociedades de hierarquização do “poder”.

Os sítios de fixação para os aglomerados pautam-se pela primordial escolha das zonas de implantação, na sua maioria, em cumeadas de altitude mais elevada, com excelentes posições defensivas que lhes permite alcançar visualmente o amplo território, bem como a vigia de pontos de passagem.

A escala local em análise nesta investigação pela sua localização geográfica na zona Centro de Portugal confere aos povoados relacionados com este período cronológico uma ligação morfológica e tipológica geográfica e material com o “sítio padrão” da Beira Alta – Castro de Santa Luzia de Baiões, São Pedro do Sul, Viseu (Kalb, 1979). Este sítio com evidências arqueológicas consistentes permite estabelecer paralelismos de ordem cronológica e morfotipológica para um fenómeno do Bronze Final Peninsular (Senna-Martinez, 1995, p.118).

A Idade do Bronze caracteriza-se essencialmente por ser uma época de afirmação do poder, descrita por Susana Oliveira Jorge como uma “ascensão convergente de pequenos chefados, cuja consolidação teria passado a depender da sua inserção em “redes” mais alargadas de trocas de artefactos de luxo” (Jorge S.O., 1991, p.386).

A questão do “poder” sempre patente nesta fase adensa toda uma questão sociológica importante, devido à progressiva hierarquização social e integração sociopolítica (Jorge S.O., 1996, p.77). A localização da maioria dos sítios em esporões de altitude considerável, o que lhes confere uma posição geográfica privilegiada, levou a que muitos destes locais tivessem uma ocupação contínua Proto-Histórica. Exemplos do povoamento da Idade do Bronze na área geográfica em estudo são o Cabeço do Castro de São Romão (Senna-Martinez, 1986), pertencente ao concelho de Seia, cujos trabalhos



arqueológicos desenvolvidos na década de 80 do século XX atestam a importância do sítio para o estudo do Bronze na Beira Alta.

A emergência de locais centrais, estes com uma notável implantação defensiva e distribuídos de forma regular pelo espaço e complementados por locais secundários, surge na área em estudo no período do Bronze Final (Senna-Martinez, 1995, p.119).

O Cabeço do Castro de São Romão – Seia - e o Cabeço Redondo – Gouveia - são típicos “sítios de montanha”, com a possibilidade de contacto visual da paisagem envolvente a curta, média e longa distância, possibilitando o controlo de acesso a “portelas” e vias antigas de movimento de pessoas e bens (Senna-Martinez, 1995, p.119).

A ocupação de grutas e abrigos é outra modalidade de ocupação do território, muitas vezes associada à prática de atividades endógenas de carácter sazonal. É exemplo disso o Buraco da Moura de São Romão. Este abrigo no subsolo é constituído por uma sequência de salas em que o desenvolvimento de trabalhos arqueológicos clarificaram a ocupação deste local. Evidências artefactuais atestam uma ocupação deste espaço desde o Calcolítico (Valera, 1993) até ao período da Alta Idade Média (Varandas, 1993, pp.155-162).

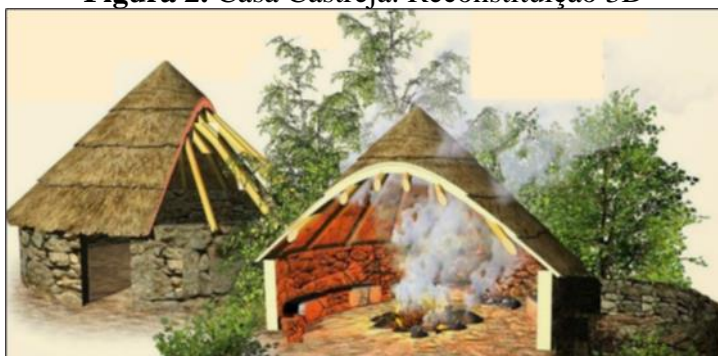
Entendemos a existência, e relacionando em rede, de sítios de menores dimensões de carácter auxiliar a atividades complementares às praticadas nos sítios de maiores dimensões. O Buraco da Moura pela sua dimensão e tipologia e a sua proximidade com o Cabeço do Castro de São Romão, este último com dimensões e importância geográfica mais expressiva, é um exemplo que poderemos ter em análise (Senna-Martinez, 1995, p.119).

A clara afirmação da forma de povoamento do Bronze Final, clarificada pelos vários testemunhos, assenta numa evolução das dinâmicas humanas estreitamente ligadas com questões de ordem estratégica.

#### **4. ARQUITETURA**

A sedentarização do Homem, proporcionou uma construção mais duradoura e organizada, com vista à organização urbana dos povoados. A Pré-História é marcada pela construção tipo “abrigo”, “tenda” ou cabana, edificados com recursos naturais da montanha (ramos de árvore, folhagens, couros de animais, entre outros.), sustentados por troncos de árvore alicerçados no solo (Félix,P.,2009).

**Figura 2.** Casa Castreja. Reconstituição 3D



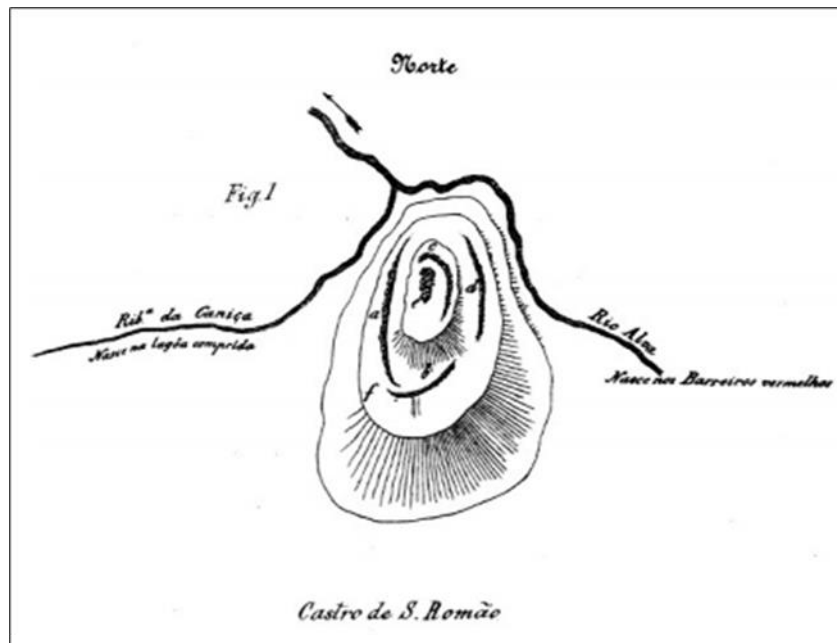
Fonte:(Adaptado Sinalética Projeto – Aldeias de Montanha)

Com a realização da agricultura como atividade principal, na transição entre o IV e o III milénio a.C., o Homem da Proto-História constrói com vista à continuidade, de utilização do território, edificando cabanas de planta circular, mais tardiamente na Idade do Ferro de planta quadrada/retangular, usando maioritariamente materiais pétreos.

A casa castreja, representada na figure 2, definida como um edifício civil com função residencial, onde a planta circular é tida como um modelo mais antigo e a retangular uma evolução tipológica da arquitetura, é um elemento central do estudo arqueológico, onde a sua alteração pode ser apontada para os finais do século VI início do V (Correia, 2018. p. 12).

No caso em específico do Castro de São Romão (Fig.3), as habitações foram construídas adaptadas à orografia granítica da elevação, onde várias edificações circulares e retangulares se dispersam pelos diferentes setores do povoado.

**Figure 3.** Castro de São Romão



Fonte:(. Adaptado: Sarmiento, 1883)

A estrutura defensiva – A Muralha, é outro elemento construtivo que em projeto de prospeção, se destaca na paisagem. Esta é construída regularmente por conjuntos pétreos dispostos em alinhamento de muro, em redor da elevação. O progresso construtivo deste elemento, que tinha como principal função a delimitação e defesa do povoado, é analisado pela contínua e necessário desenvolvimento das comunidades, levando até à inovação ao nível da engenharia, com a atividade poliorcética como atividade especializada no ataque e cerco. A construção da muralha estava muitas vezes ligada ao substrato rochoso de índole granítico, que servia de base desde o noroeste de Portugal até à cordilheira da Serra da Estrela, que ajudava na construção, muitas vezes aproveitando os afloramentos graníticos de grande dimensão, que permitiam uma simples forma de construção, mas muito robusta (Correia, 2018. pp. 16-18).

## 5. RECURSOS E EXPLORAÇÃO

A implantação e desenvolvimento dos aglomerados e as dinâmicas humanas realizadas pelas populações relacionam-se não apenas pelas vivências e estratégias de defesa de ver e não ser visto, mas também com a exploração do território como forma de demonstrar o seu domínio e auto-sustentabilidade, sobretudo em atividades promovidas por aglomerados de superiores dimensões, onde o número de habitantes é maior e promove então distintas atividades e engenhos na exploração dos recursos.

Os elementos fornecidos pelas investigações em povoados, na sua relação com atividades desenvolvidas nos aglomerados é o ponto de partida para podermos avançar com um registo de atividades dinamizadas, com um carácter de sustentabilidade local ou comercial com outros aglomerados.

Para este ponto da nossa investigação dispomos dos casos investigados e bem documentados dos sítios já analisados anteriormente: *Cabeço do Castro de São Romão*, concelho de Seia, sítio do *Castelo e Castelejo*, concelho de Gouveia. Estes locais quando, intervencionados, quer em campanhas ou modestas sondagens arqueológicas, conseguiram clarificar algumas das atividades desenvolvidas nestes povoados, sobretudo pela presença, em níveis de ocupação, de mós manuais, pesos de tear e cossoiros, entre outros objetos. Estes elementos arqueológicos denunciam um claro desenvolvimento de atividades de subsistência ou com vista a trocas económicas, protagonizadas, muitas vezes, com a devida exploração dos recursos endógenos, cujo aproveitamento era relevante para o modo de vida e sustentabilidade do aglomerado.

Surgem áreas cujos materiais e vestígios arqueológicos em níveis de ocupação, bem conservados, com configuração bem demarcada ou a clara associação a elementos, designadamente os pesos de tear sobre seixos, situados entre buracos de poste, são interpretáveis como vestígios claros da presença de um tear vertical (Senna-Martinez, 1995, p.63), localizados no ambiente interior de uma estrutura tipo “cabana”, descrito pela intervenção realizada no *Cabeço do Castro de São Romão*.

É no Bronze Final para esta zona geográfica da Beira Alta, que dispomos de dados consistentes que atestam a produção local de artefactos metálicos. Os elementos líticos sofrem neste momento, mesmo com a paralela utilização do metal, uma continuidade. Artefactos de pedra lascada e polida continuam a aparecer, em níveis conservados, demonstrando assim a sua funcionalidade ainda em meios da Idade do Bronze Final. Artefactos líticos, designadamente os enxós e machados de pedra polida (Senna-Martinez, 1995, p.120), são uma constante em ambientes arqueológicos da Idade do Bronze Final, elementos associados à prática da agricultura.

A metalurgia assume sem dúvida um forte dinamismo como atividade para o período do Bronze Final. Depósitos metalúrgicos associados à atividade em aglomerados de índole central, cuja área compreende locais de fundição e transformação do metal, são explorados e atingem até uma escala regional, no que concerne a tipologias e respetivas trocas de materiais. O representativo sítio do *Castro de Santa Luzia de Baiões*, São Pedro do Sul – Viseu, pela sua dimensão e carácter de *lugar central* possui um bem investigado e documentado depósito metalúrgico, designado por “depósito de Baiões” (Silva, Silva & Lopes, 1984).



O *Cabeço do Castro de São Romão* é um sítio que integra a nossa área de estudo que incorpora a tipologia metalúrgica do “depósito de Baiões” cujas peças, designadamente punções e lanças, obedecem a esta tipologia regional. Peças metalúrgicas e estruturas de transformação aparecem neste povoado muitas vezes em contexto habitacional ou numa estrutura de fundição própria e organizada (Gil, *et al*, 1989, p.236), o que podemos afirmar que seria uma atividade desenvolvida de forma sistemática e em grande escala com fins comerciais, onde também existiam “pequenos fundidores”, produziam suas próprias peças como objeto de poder/prestígio e estatuto social.

A presença de uma estrutura de fundição organizada e vocacionada apenas para o desenvolvimento desta atividade é característica para povoados de carácter hegemónico e central.

O desenvolvimento da atividade metalúrgica é proporcionado pela assistência relativamente abundante de minérios de laboração antiga de estanho e ouro na região (Senna-Martinez, Garcia e Rosa, 1984, pp.117-118), contudo o contacto através de trocas inter-regionais facultou o acesso ao cobre, elemento fundamental para a produção do bronze (Senna-Martinez, 1995, p.120).

A atividade da transumância desenvolvida intensivamente nas montanhas da Serra da Estrela reforça a presença humana nas cumeadas, onde ainda hoje, no “andar intermédio” (800-1600m) é promovido o cultivo de searas de centeio. As rotas da transumância, responsáveis pela vigência de grandes vias antigas, utilizadas com a mesma finalidade na atualidade, constituem um marco importante para o que entendemos tratar-se das rotas de trocas comerciais e circulação de pessoas e animais.

A presença de estruturas de tecelagem, fundição, armazenamento, moagem e transformação de bolota, denuncia claramente todo um conjunto de atividades desenvolvidas nos povoados, respeitantes a recursos endógenos do meio em que se encontram inseridos.

O elemento mais comum, mesmo quando realizadas prospeções de superfície, é o aparecimento de mós manuais ou seus dormentes, que acusam claramente a transformação e moagem de cereais como atividade desenvolvida. São exemplo disso os achados encontrados, em 1997, na barragem Vale do Rossim, a mais de 1400m de altitude, de um machado e um fragmento de machado em pedra polida, um dormente de mó manual e a identificação de possíveis sepulturas cistoides (Cardoso e Gonzalez, 2002, p.242), que comprovam a presença humana em zonas de grande altitude, que entendemos ter um carácter sazonal ou com ligações diretas a atividades de montanha a dada altura do ano, como é o caso do cultivo e moagem de cereais.

A sedentarização das sociedades do Bronze Final e Idade do Ferro, sustentada pela prática da agricultura e pastorícia, demonstra uma ligação forte ao espaço e território no qual se firma o povoado e desenvolvem as atividades. A prática da agricultura na zona da “Plataforma do Mondego”, julgamos ter uma relevância mais apropriada, dada a fertilidade e morfologia do vale, irrigado pelo Rio Mondego. Os povoados do *Castelo*, *Arcozelo* e *Castelejo*, Vila Cortês, usufruíram mais da sua implantação em plena plataforma, com o que julgamos ser favorável a uma prática agrícola e de pastoreio mais intensiva e propícia à orografia do terreno.

A caça seria uma outra forma de subsistência dos aglomerados, com especial ocorrência nos povoados de montanha, pelo contacto que estes dispõem com espécies como o javali e o veado. Ligada a esta prática temos a já referida atividade da metalurgia na fabricação das armas de caça.

## 6. HÁBITOS ALIMENTARES E MODOS DE VIDA

A História da Alimentação prende-se e define-se com condicionalismos de ordem climática, geográfica e cariz etnográfica e sociológica.

Comparando como povos da Pré-História onde o ato primário da ação “comer” para sobreviver, decorrem da ação do Homem na prática da caça de animais da natureza, onde a carne, primeiro crua, seca e depois cozinhada, era o primeiro ingrediente da alimentação da época da Proto-História.

**Figura 4.** Cerâmica Campaniforme. Castro de São Romão



Fonte: Elaboração Própria

O caçador recolector, habitante dos povoados de montanha da Proto-História não é nómada, pelo que pela sua permanência no território conhece e sabe o que este pode oferecer, para a sua sobrevivência nesse território, de forma progressiva, como forma de bem-estar, do caçador ao agricultor (Torgal, 1999. p. 661).

Na preparação da alimentação, a arquitetura acompanhava a funcionalidade desta atividade. Desta forma, a estrutura da lareira, tida como forma de aquecer o espaço, era também local de cozinhar os alimentos, com recipientes moldados para o efeito. A técnica da brasa ou espeto, e mais tarde em recipientes de forno, são modos de influir no domínio da técnica culinária (Torgal, 1999. p. 662).

O caçador recolector desenvolve a sua atividade principal da caça, na densa floresta onde tem contacto com outros recursos naturais, como as bagas, as ervas, raízes, entre outros. É nesta altura que os recursos da floresta em conjunto com os objetos da caça entram na “Carta Gastronómica do Homem caçador-coletor”.

A moagem dos cereais é desde o tempo do neolítico a principal atividade com vista à transformação do alimento, para este ser consumido cru ou torrado.

O recolector de frutos como são as ameixas, pêras, uvas, figos, entre outros; no seu contacto com o meio e os recursos da montanha, extrai e recolhe os frutos sazonais que enriquecem a sua dieta.

O fabrico do pão derivado da castanha, fruto do castanheiro - *Castanea sativa* - ou a bolota do carvalho-negral - *Quercus pyrenaica*, eram ingredientes transformados em farinha. Espécies estas, abundantes no norte e centro de Portugal e, utilizadas para o consumo humano e de animais (Sanches, Nunes e Pinto, 2007).

**Figure 5.** Dormente de Mó Manual



Fonte: Elaboração Própria

A metalurgia assume sem dúvida um forte dinamismo como atividade para o período do Bronze Final. Depósitos metalúrgicos associados à atividade em aglomerados de índole central, cuja área compreende locais de fundição e transformação do metal, são explorados e atingem até uma escala regional, no que concerne a tipologias e respectivas trocas de materiais. O representativo sítio do Castro de Santa Luzia de Baiões, São Pedro do Sul – Viseu, pela sua dimensão e carácter de lugar central possui um bem investigado e documentado depósito metalúrgico, designado por “depósito de Baiões” (Silva, Silva & Lopes, 1984).

O Cabeço do Castro de São Romão é um sítio que incorpora a tipologia metalúrgica do “depósito de Baiões” cujas peças, designadamente punções e lanças, obedecem a esta tipologia regional. Peças metalúrgicas e estruturas de transformação aparecem neste povoado muitas vezes em contexto habitacional ou numa estrutura de fundição própria e organizada (Gil, *et al*, 1989, p.236), o que podemos afirmar que seria uma atividade desenvolvida de forma sistemática e em grande escala com fins comerciais, onde também

existiam “pequenos fundidores”, produziam suas próprias peças como objeto de poder/prestígio e estatuto social.

A presença de uma estrutura de fundição organizada e vocacionada apenas para o desenvolvimento desta atividade é característica para povoados de carácter hegemónico e central.

O desenvolvimento da atividade metalúrgica é proporcionado, pela assistência relativamente abundante de minérios de laboração antiga de estanho e ouro na região (Senna-Martinez, Garcia e Rosa, 1984, pp.117-118), contudo o contacto através de trocas inter-regionais facultou o acesso ao cobre, elemento fundamental para a produção do bronze (Senna-Martinez, 1995, p.120).

A atividade da transumância desenvolvida intensivamente nas montanhas da Serra da Estrela reforça a presença humana nas cumeadas, onde ainda hoje, no “andar intermédio”, entre os 800 e os 1600m, é promovido o cultivo de searas de centeio. As rotas da transumância, responsáveis pela vigência de grandes vias antigas e, utilizadas com a mesma finalidade na atualidade, constituem um marco importante para o que entendemos tratar-se das rotas de trocas comerciais e circulação de pessoas e animais.

A presença de estruturas de tecelagem, fundição, armazenamento, moagem e transformação de bolota, denuncia claramente todo um conjunto de atividades desenvolvidas nos povoados, respeitantes a recursos endógenos do meio em que se encontram inseridos.

O elemento mais comum, mesmo quando realizadas prospeções de superfície, é o aparecimento de mós manuais ou seus dormentes, que acusam claramente a transformação e moagem de cereais como atividade desenvolvida. São exemplo disso os achados encontrados, em 1997, na barragem Vale do Rossim, a mais de 1400m de altitude, de um machado e um fragmento de machado em pedra polida, um dormente de mó manual e a identificação de possíveis sepulturas cistoides (Cardoso e Gonzalez, 2002, p.242), que comprovam a presença humana em zonas de grande altitude, que entendemos ter um carácter sazonal ou com ligações diretas a atividades de montanha a dada altura do ano, como é o caso do cultivo e moagem de cereais.

A sedentarização das sociedades do Bronze Final e Idade do Ferro, sustentada pela prática da agricultura e pastorícia, demonstra uma ligação forte ao espaço e território no qual se firma o povoado e desenvolvem as atividades. A prática da agricultura na zona da “Plataforma do Mondego”, julgamos ter uma relevância mais apropriada, dada a fertilidade e morfologia do vale, irrigado pelo Rio Mondego. Os povoados do Castelo, Arcozelo e Castelejo, Vila Cortês, usufruíram mais da sua implantação em plena plataforma, com o que julgamos ser favorável a uma prática agrícola e de pastoreio mais intensiva e propícia à orografia do terreno.

A caça seria uma outra forma de subsistência dos aglomerados, com especial ocorrência nos povoados de montanha, pelo contacto que estes dispõem com espécies como o javali e o veado. Ligada a esta prática temos a já referida atividade da metalurgia na fabricação das armas de caça (Saraiva, 2013. p. 46-49).

## 7. CONCLUSÕES

A resenha que aqui expomos sobre uma temática, tão específica e impactante, para o estudo das primeiras ocupações humanas, da montanha da Serra da Estrela, procura ser uma reflexão da diversidade de ocupações assim como dos modos de vida, desempenhados pelas comunidades do IV ao I milénio a.C.. Sociedades que apresentaram uma organização com vista à sua vivência e hierarquização social, que também tentaram o planeamento urbano, como forma de ocupação permanente do lugar.

Os atrativos arqueológicos são os vestígios das antigas civilizações, representam a identidade de determinada população, que pelo seu valor cultural se torna imprescindível delinear uma estratégia baseada na preservação e interpretação. Porém preservar não é ser inacessível, mas sim assumir a função de dar a conhecer ao público em geral, através da utilização de uma interpretação adequada.

Atualmente, neste território podemos encontrar património natural, técnico-industrial, arqueológico, religioso e vernacular, o que permite a intensa participação da comunidade, de grupos culturais locais e a criação de uma experiência enriquecedora àqueles que pretendam visitar, colmatando na valorização de elementos identitários nas mais diferentes vertentes, promovendo desta forma a promoção, divulgação e orientação da visita.

O desenvolvimento de atividades como: oficinas pedagógicas, percursos pedestres, experiência gastronómica, observação da fauna e flora, recriação histórica de vivências e atividades ligadas a povoados de montanha, são alguns dos exemplos da ação dinamizadora deste território conjugada com o património existente.

A simbiose entre o património cultural e natural deste território reveste-se de um potencial e representa um recurso de valor inestimável, passível de desenvolver a divulgação de tradições, possibilitando o progresso de estratégias de comunicação/discursos com públicos muito diversificados e promovendo a projeção da região, a Serra da Estrela.

## BIBLIOGRAFIA

- Alarcão, J. (1992) *A evolução da Cultura Castreja*. Revista Conimbriga XXXI. Imprensa da Universidade de Coimbra. Faculdade de Letras. Instituto de Arqueologia. pp. 39-71.
- Barretto, M. (2000) *Turismo e Legado Cultural: as possibilidades de planeamento*. Campinas, SP: Papyrus.
- Cardoso, J. L. S. C. e Gonzalez, A. (2002) - *Testemunhos da Ocupação Pré-Histórica da Serra da Estrela*. In *Almadan*. 2ª Série: 11, p. 242. Almada.
- Costa, V. F.(2016) *Turismo arqueológico e desenvolvimento sustentável: a possibilidade de aproveitamento do património arqueológico pré-colonial dos municípios de Garopaba, Imaruá e Imbituba (SC) para a promoção do desenvolvimento sustentável*



- na região*. Dissertação (Mestrado em Desenvolvimento Regional) - Universidade Regional de Blumenau.
- Correia, V. H. (2018) O Setentrião da Lusitânia e o Meridião da Galécia: Geografia, Cultura e Etnicidade em Transição. Atas do Congresso Internacional Cultura Castreja: Identidade e Transições. Vol. I e II. pp. 9-32.
- Félix, P. (2009) *Arquitetura doméstica da Pré e Proto-História em território português*. Revista Pedra & Cal nº 43. Agosto/Setembro. pp. 8-10.
- Ferreira, Tavares (1950) – *Elucidário do Pátio do Museu*. Câmara Municipal de Gouveia, Gouveia
- Ferreira, Tavares (1953) – *Velharias – fruto das escavações na Cerca da Câmara*. In: *Jornal de Gouveia*. 21, 25 de Janeiro. Gouveia, p. 10.
- ICNF - Instituto de Conservação da Natureza e Florestas. <https://www.icnf.pt/turismodenatureza/turismosustentavel>
- Jorge, Susana Oliveira (1991) – *Idade do Bronze: Apontamentos sobre a natureza dos dados arqueológicos*. In: Revista da Faculdade de Letras, II Série, vol. VIII, Porto p. 385-391.
- Kalb, Ph. (1979) – *Contribución para el Estudio del Bronce Atlantico: Escavaciones en el Castro “Senhora da Guia” de Baiões (São Pedro do Sul - Viseu)*. In: XV Congresso Nacional de Arqueologia (lugs, 1977). Zaragoza. pp. 581-590
- Ribeiro, O. (1967) - *Portugal, o Mediterrâneo e o Atlântico. Esboço de relações geográficas*, 3ª ed., Livraria Sá da Costa Editores. Lisboa.
- Sanches, M.J., Nunes, S. A. Pinto, D. (2007) Atas do 4º Congresso Nacional de Arqueologia Peninsular. Centro de Estudos de Património da Universidade do Algarve, pp. 189-206.
- Saraiva, Rita Rodrigues (2013). Povoamento proto-histórico e romano no território dos atuais concelhos de Seia e Gouveia – Distrito da Guarda (diss. mestrado). Porto: FLUP
- Sarmiento, Francisco Martins (1883) – *Expedição Científica à Serra da Estrela em 1881*, Secção de Archeologia, Lisboa
- Sarmiento, Francisco Martins (1933) – *Dispensos*. Imprensa da Universidade de Coimbra, Coimbra
- Senna-Martinez, João Carlos de (1989) - *A Cidade de Seia e as suas 29 Freguesias*. In: Brochura Elaborada por Ocasião da FIAGRIS/89. Seia
- Senna-Martinez João Carlos de, (1996) – *Entre Atlântico e Mediterrâneo: Algumas Reflexões sobre o Grupo de Baiões/Santa Luzia e o desenvolvimento do Bronze Final Peninsular*. In: *A Idade do Bronze em Portugal, Discursos de Poder*. Instituto Português de Museus e Museu Nacional de Arqueologia, Lisboa, p. 118-122
- Silva, E.J.L. da (1985) – *Notícia sobre a Descoberta de Novas Pinturas Rupestres no Dólmen de Fontão. Paranhos da Beira – Seia*. In: *Trabalhos de Antropologia e Etnologia*, vol. XXV pp. 381-385.

- Silva, A.C.F.;Silva, C.T. e Lopes, A.B. (1984) - *Depósito de Fundidor do Final da Idade do Bronze do Castro de Senhora da Guia de Baiões, São Pedro do Sul, Viseu*. Revista *Lucerna*. Centro de Estudos Humanísticos. Porto, p. 73-95.
- Silva, A. R. P. e Teles, A. N. (1999) – *A Flora e a Vegetação da Serra da Estrela*. 3ª Edição revista e melhorada. Parque Natural da Serra da Estrela. Lisboa
- Silva, A. C. Ferreira da (2007) – *A Cultura Castreja do Noroeste de Portugal*. Edição da Câmara Municipal de Paços de Ferreira. Paços de Ferreira
- Silva, A. C. Ferreira da (1995) – *A Evolução do Habitat Castrejo e o Processo de Proto-Urbanização no Noroeste de Portugal Durante o I Milénio a.C.* in: *Revista da Faculdade de Letras: História*. Porto: Faculdade de Letras da Universidade do Porto. Série II, Vol 12. p. 505-546.
- Varandas, J. M. (1993) – *A Ocupação Medieval do Buraco da Moura de S. Romão*. In: *Trabalhos de Arqueologia da EAM*. Edições Colibri. 1,Lisboa. p. 155-162.
- Varela, A. (1993) A ocupação calcolítica da «sala 20» do Buraco da Moura de São Romão. *Revista Trabalhos de Arqueologia da E.A.M. de Lisboa*. 1, p.37-53.