

# LES TERMES ROMANES

## 1. ORIGEN

Les termes (*balnea*) van esdevenir una institució fonamental en la societat romana, sobretot en època imperial. Tanmateix el seu origen, com tants altres aspectes de la civilització romana, es remunta al món grec, en concret als banys públics i als gimnasos, que solien incloure una palestra i una sala per rentar-se després de l'exercici. Però si entre els grecs el vessant principal era la preparació física que s'hi desenvolupava i el bany tan sols el seu colofó, els romans van capgirar les prioritats, de manera que el bany va convertir-se en l'activitat central i l'esport va quedar només com un preliminar opcional. Així mateix l'hipocaust, l'enginyós sistema de calefacció que va substituir els brasers primitius i que constitueix la base de l'edifici termal, també sembla provenir de l'arquitectura grega -per bé que va ser dut a la perfecció pels romans. Igualment la noció cabdal en què es fonamentaven els banys termals, l'alternança entre banys calents i freds, era aconsellada sovint pels metges grecs. Malgrat tot, no hi ha dubte que van ser els romans els qui la van fer de les termes un dels trets més estesos i definitoris de la seva civilització, segons demostren les innombrables restes termals que es troben arreu de l'antic Imperi romà.

## 2. ANEM A LES TERMES

Malgrat que estaven obertes des de mig matí, la majoria de la gent acostumava a anar a les termes a mitja tarda amb la intenció de relaxar-se després de la feina o de les obligacions que l'ocupaven durant el dia. El preu de l'entrada era prou baix perquè fins i tot els més pobres s'ho poguessin permetre. Així doncs, els banys acollien gent de tota condició social -de vegades fins i tot esclaus- i freqüentment d'ambdós sexes. Algunes termes estaven doblades en dues parts: una per a homes i una altra per a dones. D'altres admetsien el bany mixt, tot i la mala reputació que això donava als establiments i en especial a les dones que les freqüentaven. Emperadors com Hadrià o Marc Aureli van intentar imposar-hi horaris diferents, de manera que al matí hi anessin les dones i a la tarda els homes, però és dubtós que hi reeixissin.

La primera sala del recorregut per les termes era l'*apodyterium* o vestidor. Hom s'hi despullava i desava la roba en unes fornícules o nínxols oberts a la paret o en uns armaris de fusta sota la vigilància d'un esclau, a qui es pagava el servei. Dins les termes se solia anar nu, llevat d'unes sandàlies amb sola de fusta que servien per no cremar-se els peus amb el terra calent.

Els qui volien -sobretot els joves- començaven per escalfar-se a la *palaestra* o palestra després d'untar-se d'oli. La palestra consistia en una pista a l'aire lliure més o menys gran coberta d'arena i voltada de porxos. Les activitats físiques més habituals eren córrer, jugar a pilota, exercitar-se amb peses o amb la lluita i donar cops de puny en un sac ple de sorra. Hi havia, però, qui s'estimava més prendre mandrosament el sol en una terrassa anomenada *solarium*.

A continuació, hom es dirigia a les sales de banys, que solien estar arreglades al costat de la palestra en una successió ascendent de temperatura: freda, temperada i calenta. Tanmateix els banyistes, amb l'objectiu d'acostumar el cos a la calor, solien iniciar el seu itinerari per la sala temperada o *tepidarium*, on es podien remullar amb aigua tèbia o, si no hi havia banyera, s'asseien simplement en un banc.

Tot seguit es passava a un espai més calent. El principal era el *caldarium*, que tenia almenys una banyera (*alveus*) amb graons, en els quals hom s'asseia per remullar-se amb aigua calenta (40°), i una pica d'aigua freda (*labrum*) per refrescar-se quan la calor es tornava massa intensa. En aquesta sala, amb l'estrígil -una mena d'espàtula corba de metall- es treien la capa formada no solament per la brutícia i la suor sinó també per l'oli i els unguents que s'haguessin posat anteriorment. Algunes termes disposaven, a més a més, d'una cambra de petites dimensions, generalment circular, anomenada *laconicum*, si era per a saunes seques, o *sudatorium*, si era per a saunes humides.

A la fi s'arribava als banys freds o *frigidarium*, on hi havia una o diverses banyeres: els més agosarats hi anaven directament, mentre que els més prudents tornaven a passar abans pel *tepidarium* amb la finalitat de suavitzar la transició. Les termes més grans tenien també una piscina més gran a l'aire lliure, anomenada *natatio*, per practicar la natació.

Hi havia altres dependències secundàries com les latrines públiques i una sala de massatges, en la qual la cura del cos per mitjà de l'esport i el bany es complementava amb un servei de massatges, depilació i perfums a càrrec d'esclaus. Les *forica* o latrines públiques estaven formades per bancs col·lectius sota els quals corria una canal que evacuava les deposicions. Una altra canal d'aigua situada davant els bancs permetia rentar els raspalls amb els quals hom es netejava en acabat.

### 3. EL SISTEMA DE CALEFACCIÓ

La temperatura adequada de l'aigua i de totes aquestes sales s'aconseguia per mitjà d'un reeixit sistema de calefacció. El *praefurnium* o forn escalfava l'aigua, generalment tancada en una caldera situada just damunt el foc per als banys calents i en una altra caldera un poc més allunyada per als banys tebis. L'aigua era transportada des de les calderes fins al *caldarium* i el *tepidarium* a través d'unes canonades

de plom. Alhora el mateix forn anava escalfant l'aire que passava a través d'una cambra subterrània d'uns 60 cm. d'alçada anomenat *hypocaustum* o hipocaust, cobert per la *suspensura*, és a dir, el paviment de les sales calentes elevat per mitjà d'uns petits pilars (*pilae*), generalment de maons, distribuïts de manera regular. L'aire calent també recorria l'interior de les parets per dos sistemes: el més antic era deixar un espai buit mitjançant unes rajoles amb pius aplicades a la paret (*tegulae mammatae*), mentre que posteriorment es va demostrar força més efectiu farcir les parets amb fileres de conduccions formades per peces rectangulars de ceràmica (*tubuli*). Així l'aire escalfava primer l'ambient del *caldarium*, que arribava als 55°, i quan després arribava a la zona més allunyada del *tepidarium* havia perdut una part de la seva calor, de manera que aquesta sala es mantenia entre 25° i 30°. Finalment s'escapava cap a l'exterior per unes obertures situades a la part superior de les parets del *tepidarium*. El confort i el luxe de les sales superiors tenia com a contrapartida unes condicions de treball duríssimes -altes temperatures, fum, sutge, estretor- per als esclaus que feinejaven entorn dels forns.

Des del punt de vista arquitectònic les sales de bany de les termes solien estar cobertes per voltes de formigó, el material més resistent a les humitats, i les seves plantes, per mitjà d'absis, van tendir a les formes arrodonides que conservaven millor la calor. D'altra banda, les parets totalment tancades i la foscor interior de les primeres termes van anar sent substituïdes, gràcies a la introducció dels *tubuli*, per parets amb grans finestrals adientment orientats a fi de deixar entrar el màxim de llum i de calor del sol. I si tenien vidres dobles es beneficiaven, a més, de l'efecte hivernacle.

#### 4. ALTRES TERMES

En un principi les termes van ser construïdes i gestionades per empreses privades o per ciutadans rics. Els petits banys deguts a la iniciativa privada no van arribar a desaparèixer mai -és més, a l'antiguitat tardana van experimentar un revifament- però en època imperial les institucions polítiques van tendir a fer-se càrrec de la implantació i la gestió de les termes públiques. A Roma els emperadors hi van recórrer com un mitjà més per atreure's el favor popular i, a les ciutats provincials, sovint es devien a la iniciativa del govern municipal o provincial o bé d'algun dels ciutadans més notables. Així, a Bàrcino, Luci Minici Natal, vencedor en els Jocs Olímpics del 129 d.C., va fer edificar unes grans termes, conservades avui sota la plaça de Sant Miquel. A Catalunya hi ha encara restes de les termes públiques de Bètulo (Badalona), de Tàrraco -les recentment excavades al carrer Sant Miquel-, d'Empúries i d'Ilerda (Lleida), entre altres.

Les termes més grans, com les construïdes pels emperadors, rebien el nom de *thermae* i ultrapassaven la simple funció de banys, atès que, a més de multiplicar les banyeres i duplicar les palestres i les sales menors, incloïen porxos i jardins per passejar, biblioteques, fonts monumentals, restaurants, auditoris per a concerts o espectacles... En aquestes grans termes d'època imperial tots els ciutadans podien gaudir d'un luxe altrament inaccessible a la majoria, ja que es tractava d'edificis sumptuosos i de grans proporcions, esplèndidament decorats amb mosaics, pintures i escultures i recoberts de marbre. La seva estructura no era lineal o quadrada, com les primeres termes, sinó simètrica entorn d'un eix central format per les amplíssimes sales de bany principals. Els emperadors Neró, Trajà i Caracal·la van edificar termes cada cop més magnífiques a Roma, però les més grans van ser les de Diocleciana, que podien acollir fins a tres mil persones en un dia.

Així doncs, als banys públics, més enllà de les seves funcions higièniques, també s'hi practicava esport, es tenia cura de l'estètica personal i servien de centres socials o culturals on la gent es trobava amb amics i coneguts. L'atracció exercida per les termes feia que els carrers del voltant fossin plens de botigues (*tabernae*) que oferien les seves mercaderies als clients dels banys.

De tota manera, el sistema termal no es limitava als banys públics, sinó que les *domus*, les cases particulars més luxoses a la ciutat, o les *uillae urbanae* solien tenir també termes privades, anomenades *balneum*, com podem veure a Sant Boi de Llobregat, a la Vil·la dels Munts a Altafulla o la vil·la de la Torre Llauder a Mataró.

Amb l'afició dels romans pels banys és lògic que aprofitessin també les fonts d'aigües termals naturals, amb propietats terapèutiques, en emplaçaments balnearis que sovint han tingut continuïtat fins avui. Així es troben piscines i altres construccions d'època romana als actuals Banys d'Arles (Vallespir), Caldes de Montbui (*Aquae Calidae*) i Caldes de Malavella (*Aquae Voconiae*), poblacions els noms de les quals traeixen el seu origen termal.

Font: <http://www.xtec.cat/~sgiralt/labyrinthus/roma/urbs/thermae.htm>