

HISTORIA DE LA NATACIÓN I: DESDE LA PREHISTORIA HASTA LA EDAD MEDIA

Salvador Llana Belloch

Pedro Pérez Soriano

Departamento de Educación Física y Deportiva. Universidad de Valencia.

Inmaculada Aparicio Aparicio

Doctoranda del Departamento de Educación Física y Deportiva.

Universidad de Valencia.

Fecha de recepción: Febrero 2011

Fecha de aceptación: Julio 2011

Resumen:

La Natación como deporte surge en el s. XIX, pero la interacción del ser humano con el medio acuático es mucho más antigua. Así, los primeros vestigios de la habilidad natatoria del hombre están datados hacia el 4.500 a. C. en la denominada “cueva de los nadadores”, donde aparecen pinturas rupestres representando a humanos nadando. Las primeras grandes civilizaciones surgen a lo largo de grandes ríos, no es de extrañar que sus ciudadanos practicasen la natación. Como hechos destacables, cabe indicar que la primera piscina conocida data del segundo milenio antes de Cristo, en la ciudad de Mohenjo Daro (cultura del Indo) y el primer material auxiliar para mejorar la flotación lo encontramos en bajorrelieves asirios del siglo IX a. C. De la época greco-romana tenemos innumerables restos (bajorrelieves, frescos, dibujos en vasos, termas, etc.) y, por primera vez, textos que hablan de la habilidad natatoria, pero en ninguno de ellos se explican los métodos de enseñanza que utilizaban. Tras la caída del Imperio Romano de Occidente se produce una decadencia notable en la práctica de la natación, aunque con algunas excepciones, como son el caso de los reyes carlovíngios o la ciudad de Constantinopla.

Palabras clave: actividad acuática, ejercicio físico, arte.

HISTORY OF SWIMMING I: SINCE PREHISTORY TO THE MIDDLE AGES

Abstract:

Swimming as a Sport arises on the XIX century but human interaction with water is more much older. In the “cave of swimmers” (4500 B.C.) appear the first rock paintings of human swimming. The first great civilizations appear along great rivers, it is not a surprise that their citizens practice swimming. As remarkable points it must be pointed out

that the first swimming pool is from the second millennium before Christ, in Mohenjo Daro city (Indo culture) and the first auxiliary tools to aid to swim date from IX century. There are a lot of references from the greco-roman period (bas-relief, paintings on walls and glasses, baths, etc.) and texts. But no one of these texts told as about the methodology they used to learn to swim. After Occidental Roman Empire falls a great decline in swimming practice occurred, but there were some exceptions as Carolingian kings and the city of Constantinople.

Keywords: aquatic activity, physical exercise, art.

1. Introducción

La Natación entendida como deporte, esto es, como un tipo de actividad física reglada y regulada por organismos federativos tanto nacionales como internacionales, surge en el s. XIX (Llana y Pérez, 2007). Sin embargo, la actividad natatoria del ser humano, es decir, la relación del hombre con el medio acuático sin el empleo de navíos o similares, es muy anterior. Se puede hipotetizar con el hecho de que esta actividad sea tan antigua como el hombre mismo, puesto que desde sus orígenes, éste se vio obligado a interactuar con ríos, lagos y mares por motivos de subsistencia como encontrar alimentos, materias primas, escapar de enemigos o emigrar de unas tierras a otras e, incluso, cabe la posibilidad de que se introdujeran en el agua por placer. No obstante, todo esto entra dentro de las hipótesis plausibles, puesto que en los cerca de 200.000 años que lleva el Homo Sapiens Sapiens sobre la tierra, tan sólo disponemos de restos arqueológicos que acrediten la actividad natatoria del ser humano en los últimos 7.000 años.

Por otro lado, el ser humano es un animal que ha evolucionado en el medio terrestre, es decir, que en su filogénesis (evolución de la especie) ha ido adaptando sus sistemas funcionales y estructurales de la forma más eficiente posible para el tipo de actividades propias a este medio. Así, caminar, correr, saltar, lanzar o golpear son actividades físicas que están programadas en el sistema nervioso y para las que el aparato locomotor está bien diseñado. Esto se puede poner de manifiesto en algunos movimientos reflejos que tienen los niños al nacer, por ejemplo el denominado “reflejo de caminar” (Berger, 2006): sujetando a un recién nacido por las axilas y en posición vertical sobre una superficie plana, cuando un pie toca el suelo, el bebé lo levanta flexionando cadera y rodilla dando un paso hacia delante.

Este tipo de locomoción filogenética hace que el patrón de la técnica de marcha y carrera sea similar en todos los humanos, con independencia del género, raza y cultura. Las diferencias individuales afectan a aspectos muy concretos, por ejemplo la técnica de carrera de los “talonadores” frente a la técnica de carrera de “apoyo de antepié”, pero el patrón es similar en todos los individuos de la especie:

acción alternada de los miembros inferiores ... brazos equilibran el cuerpo ... raquis vertical o ligeramente inclinado hacia delante ...

Por el contrario, y como se analizará en el presente artículo, la locomoción del ser humano en el medio acuático no es unívoca, sino que la cultura ha determinado enormemente a lo largo de la historia, la forma de nadar. Esto no es así para los animales marinos o para los animales terrestres que se adentran en el agua: para una determinada especie, todos los individuos utilizan el mismo patrón de movimientos durante el nado. La no existencia de un patrón definido para nadar en el caso del ser humano, se pone de evidencia en las diferentes técnicas de nado en las diferentes culturas y, sobretudo, en los países anglosajones a finales del s. XIX y principios del s. XX, cuando la aparición de la Natación de competición dio el pistoletazo de salida a la búsqueda de la forma de nadar más rápida y eficiente. Es emocionante observar la evolución de estas técnicas, desde la braza de Thevenot (s. XVII), pasando por el sidestroke (nado lateral), el trungen y, finalmente, el crol (Colwin, 1993). Pero estos cambios no fueron lineales y la aparición de uno de los estilos citados no hizo que los precedentes desaparecieran de inmediato. Así, el crol “convivió” con el trungen hasta 1920, cuando, por fin, demostró su supremacía en los JJOO de Amberes.

Otro ejemplo que pone en evidencia que el nado es un tipo de locomoción ontogenética, es decir, que depende del aprendizaje del individuo, a diferencia de la mayoría de animales terrestres, es el siguiente: un perro (o un caballo, o un gato, etc.) que nunca ha nadado, cae accidentalmente en una piscina donde no haga pie y será capaz de desplazarse hasta la orilla sin mayor problema, sin embargo, ¿ocurre lo mismo con el ser humano? La respuesta es inmediata, no, como demuestran el elevado número de ahogados que anualmente se registran en cualquier país del mundo. En España, alrededor de 2060 ahogados al año (Valencia Hui, 2008), de entre los cuales, entre 120 a 150 son niños (Asociación Estatal de Víctimas de Accidentes, 2010) <http://www.asociaciondia.org/prensa/ver-nota.aspx?id=27>). De ahí, la gran importancia de la enseñanza de la natación, desde un sentido estrictamente utilitario, es decir, para evitar ahogados. Pero, si profundizamos un poco más, nos daremos cuenta de la relevancia de la metodología de enseñanza que se utilice, pues utilizar una metodología errónea puede ralentizar mucho el aprendizaje y, desde un punto de vista competitivo, hipotecar el futuro de los jóvenes nadadores.

Con estos antecedentes en mente, a continuación se presentan los aspectos más relevantes que, a lo largo de la historia, han dejado nuestros antepasados y que evidencian la forma en que interactuaban con el medio acuático.



Figura 1: cartel de la película “El paciente inglés” de Anthony Minghella (1996).

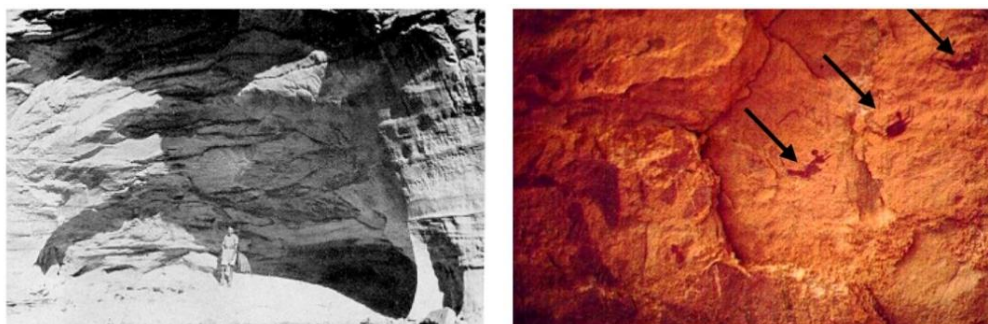


Figura 2: izquierda, el conde Almásy en la cueva de los nadadores en 1933. Derecha, foto donde se aprecia a varios individuos nadando.

2. La prehistoria

En 1992, Michael Ondaatje publicó la novela titulada *El paciente inglés*, que convertida en best-seller, fue llevada al cine en 1996 por Anthony Minghella (figura 1). La novela (y la película) recrea la vida del conde Laszlo Almásy famoso explorador húngaro quien, en 1929, redescubrió la antigua ruta de caravanas que conectaba Egipto con el resto de África. Cruzando las arenas del desierto en Libia y Egipto, escuchó a los beduinos antiguas leyendas que hablaban de los tres valles (wadis) perdidos de Zerzura. La historia sedujo a Almásy y decidió montar una expedición para encontrarlo. En marzo de 1933, él y su equipo cartografiaron las zonas este y sur del Gifl Kebir pudiendo, por fin, dibujar Zerzura en el mapa. En algunos textos (Clarys, 1996; Arellano y Pardillo, 2003) se dice que está en la “Nagoda, bahía de Kebir, Libia”, pero esto es un error, pues se encuentra a muchos kilómetros del mar, en zona la suroeste de Egipto, próximo a la frontera con Libia y Sudán.

La vieja leyenda se hacía realidad. Sin embargo, no encontró tesoros, pero sí realizó descubrimientos importantes, de entre ellos, el que más sensación creó en la sociedad de la época fue una caverna cuyas paredes estaban repletas de pinturas rupestres: jirafas, antílopes, orix, etc. pero lo realmente extraordinario eran unas figuras de hombres ... ¡nadando! (figura 2). La llamó la “cueva de los nadadores” (cave of swimmers). En medio del desierto del Sahara, a pocos kilómetros del Gran Mar de Arena, hace miles de años hubo agua y los individuos de la época nadaban en ella (Perlez, 1996).

Dichas pinturas rupestres están datadas hacia el año 4.500 a. C. Parece una paradoja, pero en el lugar del planeta donde menos agua hay, se encuentran los primeros vestigios de la habilidad natatoria del ser humano.

La “cueva de los nadadores”, como otros dibujos, bajorrelieves y figurillas de las primeras civilizaciones, muestra como, el hombre, desde sus orígenes, se ha tenido que relacionar con el medio acuático para conseguir comida y otros productos, para luchar y, probablemente también, por diversión, juego y esparcimiento (Clarys, 1996).

3. Las primeras civilizaciones

Las primeras civilizaciones surgieron alrededor de grandes ríos, por ello se las denomina “civilizaciones fluviales”, destacando las culturas surgidas alrededor de los ríos Indo, Tigris, Éufrates y Nilo.

3.1. Cultura del valle del Indo (Cultura Harappa)

Datada entre los años 2500 a. C. y 1.800 a. C., poco se sabe sobre esta cultura, especialmente porque su escritura no ha sido descifrada. Sin embargo, son numerosos los restos de estatuillas, sellos, tablillas de arcilla o piedra lisa con diferentes inscripciones y, por supuesto, restos de ciudades. De entre éstas, destacan las ciudades de Harappa (que da nombre a esta civilización) y de Mohenjo-Daro. En esta última encontramos el “Gran Baño” (figura 4), considerada la primera piscina de que se tiene referencia. Se trata de una construcción de 11,70 m de largo por 6,90 m de ancho, y 2,40 m en su zona más profunda, a cuyo interior se puede descender por unas escaleras. Las paredes y suelos de la piscina están realizadas con las junturas de los ladrillos muy compactas, que llevaban antaño una capa de betún de unos 3 cm de grosor, para conseguir su impermeabilización. El tipo de actividades que se realizaban en él es objeto de discusión, no obstante, en lo que sí están de acuerdo todos los expertos, es que no se trataba de un mero depósito de agua. Si se utilizaba para hacer rituales religiosos, ejercicio físico, rehabilitación, actividades lúdico-recreativas, etc., es algo todavía no dilucidado, aunque a nuestro modo de ver todas estas actividades podrían haber sido plenamente compatibles.

3.2. Cultura entre los ríos Tigris y Éufrates (Mesopotamia).

Primero diversas ciudades estado y, luego, diversos imperios se sucedieron desde el tercer milenio antes de Cristo. Entre los años 3.000 a. C. y el 2.330 a. C. se desarrolla el Periodo Sumerio. Poco se sabe sobre las actividades natatorias en este período, pero en uno de los textos de la época, “Gilgamesh. El gran hombre que no quería morir”, aparecen un par de situaciones donde el protagonista se sumerge en el agua. Ciertamente se trata de una epopeya en la que aparecen gran cantidad de situaciones fantásticas, pero no deja de reflejar la cultura y forma de vida de la época.

Hacia el s. XXVII a.C. reinó en la ciudad de Uruk (a orillas del río Éufrates) el rey Gilgamesh. Tras su muerte fue divinizado y su leyenda fue creciendo hasta dar lugar a la primera gran epopeya de la humanidad plasmada en escritura acadia (cuneiforme) hacia el s. XX a.C. (Bottéro, 2004).

En la epopeya, Gilgamesh es presentado como un semidiós (dios en dos tercios y humano en un tercio), guapo, valiente y fuerte, se cree invencible y, por tanto, inmortal. Sin embargo, perderá esta creencia tal como su mejor amigo, Enkidu (también creado por los dioses) muere. Tras la desesperación por tal acontecimiento, decide ir en busca de Utanapis, a quien los dioses le conceden la

inmortalidad por ser el responsable de salvar la vida de una pareja de cada animal tras el Diluvio Universal enviado por los dioses para castigar a los humanos. En la tablilla XI se narra que Gilgamesh por fin, le encuentra, y le interroga por el secreto de la inmortalidad. Pero Utanapis no la conoce. Sin embargo, le habla de la existencia de la “planta de la juventud” capaz de hacer prolongar la vida (que no de alcanzar la vida eterna). Esta planta “con la raíz semejante a la del falso jazmín y cuyas espinas son como la zarza” se encuentra en el fondo del mar. Gilgamesh demuestra sus dotes como nadador-buceador para encontrarla. De regreso a Uruk (“la de los cercados”), encuentra una balsa de agua fresca en la que decide darse un baño para recuperarse y refrescarse y, en ese momento, una serpiente le roba la planta. Desesperado ante la imposibilidad de recuperarla, regresa a Uruk, aceptando la inexorable mortalidad de los humanos.

Por tanto, en dos de los instantes más claves de la obra, el gran héroe Gilgamesh demuestra saber nadar. En una ocasión para lograr un objeto preciado, la planta de la juventud y, posteriormente, por ocio-recreación. Por tanto, se puede hipotetizar que nadar para buscar cosas (comida u objetos preciados), pero también por placer podían ser actividades practicadas en el Período Sumerio.

Del Imperio Babilónico (entre los siglos XXVIII-XXIII a. C.) cabe destacar la “ordalía del río”, esto es, una prueba judicial en la que se arroja al acusado al río (generalmente atado), con la posibilidad de ser considerado inocente si era capaz de llegar a la orilla, cosa muy poco probable. La encontramos en el Código de Hammurabi (hacia 1.760 a. C.), llamado así en honor al rey que ordenó grabar sus leyes en piedra de diorita negra pulida (figura 4) de 2’25 m de altura y 1’9 m de circunferencia de base. El código está esculpido en escritura cuneiforme acadia, con un total de 282 leyes dispuestas en 3.600 líneas. La filosofía del código es clara: mezcla la represión más implacable con la presencia de garantías judiciales y la búsqueda de acuerdos equitativos. Así, aplica la pena capital en aspectos tales como el incesto, el adulterio, el secuestro de una mujer o de niños, de colaborar en la huida de esclavos, de ofrecer cobijo a forajidos o de la mala construcción de una vivienda que derivase en la muerte de sus habitantes. Se cortan miembros como la lengua, el ojo, la mano o la oreja en casos como el desprecio o la agresión contra los padres, negligencia del cirujano o el robo de simientes. De ahí, proviene el nombre de la Ley del ojo por ojo y diente por diente, que posteriormente la tradición judaica denominará Ley del Talión. Sin embargo, son mucho más corrientes las indemnizaciones en forma de compensaciones materiales proporcionales al daño producido. Además, se establecen garantías judiciales en todo tipo de acusación, requiriéndose testigos y juramentos, pues las denuncias sin fundamento son castigadas con... la muerte.

En este código llama la atención la forma de castigar al adulterio femenino y el abandono del hogar (Gómez, 2005):

- Adulterio femenino: si la esposa de un señor es sorprendida acostada con otro hombre, los ligarán uno a otro y los arrojarán al agua. Si el marido de la mujer desea perdonar a su mujer, entonces el rey puede a su vez perdonar a su súbdito.

- Abandono del hogar: si una mujer toma odio a su marido y le dice “tú no me tendrás más como esposa”, una investigación será realizada en su distrito. Entonces, si se averigua que fue cuidadosa y no se le halla falta, si de otro lado su marido salió y la descuidó mucho, esa mujer no es culpable; recogerá su dote y se irá a la casa de su padre. Si no fue cuidadosa y, al contrario, fue callejera, si dilapidó su casa y humilló al marido, esa mujer será arrojada al agua.

Del Imperio Asirio (entre los siglos XXIII-VI a. C.) y Persa (entre los siglos VI-III a. C.) destacan los bajorrelieves que muestran soldados nadando, los únicos instruidos para ello, pues que como indica Iguarán (1972), por considerarse sagrados los ríos Tigris y Éufrates, “no osaban bañarse”. Los soldados eran los únicos que podían saltarse esta prohibición, pues la habilidad natatoria podía reportar importantes ventajas en el campo de batalla (un paralelismo lo podemos encontrar actualmente en el “ramadán”, donde los soldados son de los pocos que pueden eludirlo).



Figura 3: el Gran Baño de la ciudad de Mohenjo-Daro. En la foto se pueden observar la escalinata central así como una zona menos profunda al final de ésta.



Figura 4: el código de Hammurabi (Museo del Louvre, París)

3.3 .Cultura del valle del Nilo (Antiguo Egipto)

La civilización asiria es la que más muestras ha dejado de la actividad natatoria de sus soldados (figura 5). Es interesante destacar que algunos de ellos se ayudan de una vejiga inflada para flotar mejor, siendo éstos, los primeros vestigios del uso de material auxiliar para mejorar la flotación y, por tanto, el nado.

El antiguo Egipto ha legado numerosos restos donde aparecen representaciones de individuos nadando por los motivos anteriormente citados. Parece muy razonable que en una cultura como la egipcia, que se desarrolló alrededor de un gran río, la relación con el agua fuese inevitable. Además, el tiempo de ocio-esparcimiento formó parte de toda civilización con cierto grado de desarrollo, especialmente en el caso de las clases pudientes, de manera que había que ocuparlo con actividades diversas. El nado fue, muy probablemente, una de esas actividades. Así, las representaciones en jeroglíficos donde aparecen individuos desplazándose en el agua son frecuentes (figura 6).

Pero nadar por placer debió ser el último de los motivos por los que los egipcios se adentraron en el Nilo a nado. La necesidad por conseguir materias primas y la ventaja que podía suponer en la guerra (figura 7), debieron ser los principales motivos por los que los antiguos egipcios desarrollaron la capacidad de nadar.



Figura 5: tres ejemplos de bajo relieve de la civilización asiria que muestran soldados nadando. En todos ellos se aprecia el uso de vejigas infladas a modo de flotadores. Corresponden a la época de Asurnasirpal II (883-859 a. C.) y de Salmanasar III (858-824 a. C.)



Figura 6: ejemplo de jeroglífico en los que aparecen individuos nadando con una técnica que recuerda el actual estilo crol (Breier y Kuhland, 2004).

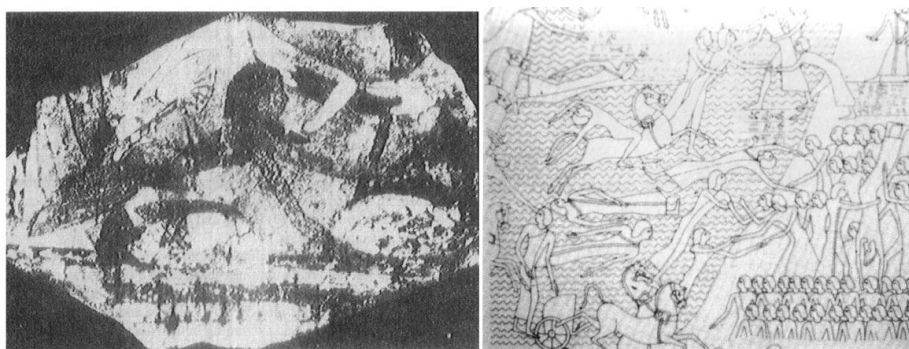


Figura 7: izquierda, cazando pájaros en el Nilo (1.200-1.100 a. C.). Derecha, Batalla de Qadesh (1.250 a. C.) entre las tropas de Ramsés II y los Hititas dirigidos por Muwatallis. Se puede observar a soldados egipcios nadando y, otros, ayudándoles a salir del río Orontes (Clarys, 1996).

No sólo en los grabados aparecen individuos nadando, también se encuentran estatuillas con funciones diversas. La figura 8 muestra una muchacha nadando con una cesta en forma de pato que es, en realidad, una cuchara (hacia 1.350 a. C.). Dentro del ámbito de la medicina, se pueden encontrar también curiosas representaciones, como la que se muestra en la figura 9, en la que se puede observar el artilugio que utilizaban para protegerse de parásitos cuando se internaban en el Nilo.



Figura 8: cuchara con forma de muchacha nadando con una cesta con forma de pato (1.350 a. C. <http://pro.corbis.com>)

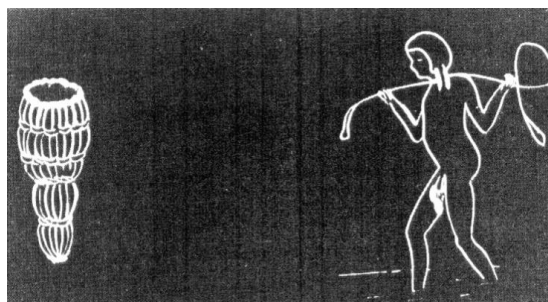


Figura 9: protección del pene frente a parásitos, hacia 1.200 a. C. (Clarys, 1996).

4. La Antigüedad Clásica (Grecia y Roma)

De este periodo existe gran cantidad de restos que atestiguan la existencia de actividades acuáticas: bajorrelieves, frescos, estatuas, piscinas (baños) y, por primera vez, textos escritos. No obstante, y a pesar de esta gran cantidad de información, no nos ha llegado ningún texto que explique qué técnicas de nado utilizaban o qué metodologías utilizaban para enseñar a nadar.

La práctica de actividades natatorias en estas civilizaciones parece inevitable, pues se desarrollaron a lo largo y ancho del mar Mediterráneo, donde los intercambios comerciales se realizaban principalmente por mar. Saber nadar, debió ser imprescindible, no sólo para salvar la vida en caso de naufragio (figura 10), sino también para salvar al alma. Así, cuenta Ameilhón (1766) que el temor de los marineros a morir, primero, y en segundo lugar a no recibir unas adecuadas honras fúnebres, hizo a los griegos y romanos aprender a nadar (figura 10).



Figura 10: sarcófago hallado en el puesto de Ostia (s. III) en el que se representa un temporal y un marino caído al agua al que intentan salvar desde los barcos (Museo Ny-Carlsberg Glyptothek, Copenhague).

4.1. La Grecia Clásica

Debido a la gran cantidad de información, ésta se presentará agrupada en: (a) actividades natatorias en la vida cotidiana y como ejercicio físico, (b) referencias en textos y leyendas, (c) con fines militares y (d) en el arte.

(a) Como actividad de la vida cotidiana y como ejercicio físico

La importancia del ejercicio físico en la antigua Grecia es de sobra conocida, y que la excelencia se media en los denominados Juegos Pan-Helénicos (Píticos, Ístmicos, Delficos y Olímpicos) también. Pero en ninguno de ellos existieron pruebas de natación. Sin embargo, sí que es posible que la natación estuviera presente en la preparación de los deportistas. Así el geógrafo e historiador griego del s. II d. C. Pausanias (citado por Iguarán, 1972), cuenta que el pugilista Tisandro, vencedor en cuatro juegos consecutivos, conservaba su salud y forma física por nadar diariamente en el mar (vivía en la isla de Naxos). También indica que en su descripción de la provincia de Argólida, que en el templo de Dionisio Melanégida de la polis de Hermione, se celebra cada año un certamen musical y competiciones de natación con premios.

Tomar el baño era una actividad profusamente extendida en la Antigua Grecia. Para tal efecto, en los gimnasios solía existir una dependencia para tal fin, pero no existían edificios específicos como sí ocurrirá posteriormente en Roma. Además, estas dependencias estaban más dedicadas al baño como elemento de higiene y de reunión que a la natación, pues no solían disponer de piletas de tamaño suficiente, sino que se trataba de lo que hoy día conocemos como “bañeras”. Inicialmente, los baños con agua caliente no eran bien vistos y se tomaban, solamente, después del entrenamiento o de una batalla, primero se bañaban en un río o mar para eliminar el sudor, barro y sangre, y, después pasaban al baño caliente, para, finalmente, recibir masajes. Con el tiempo, la costumbre se fue extendiendo a todas las clases sociales y a momentos de ocio y placer. En uno de esos baños ocurrió algo de gran trascendencia en la comprensión de las leyes que rigen la flotación de los cuerpos. En el s. III a. C. en las dependencias de los baños de un gimnasio de Siracusa (Sicilia) el gran sabio Arquímedes (287-212 a.C.) solucionó el problema que el rey Hierón II le había planteado: cómo saber si su corona real era de oro puro o, por el contrario, había sido confeccionada con otros metales menos nobles. Se dice que, de la emoción, salió corriendo desnudo por las calles gritando “Eureka” (“lo he encontrado”). Dicho principio reza: “todo cuerpo sumergido en un fluido, experimenta un empuje vertical y hacia arriba, igual al peso del agua desalojada”.

En Macedonia (considerado un país bárbaro por los griegos), en cambio, los baños en general y la natación en particular no debían estar tan extendidos. Prueba de ello, es que Alejandro Magno se lamentó en alguna ocasión de no saber nadar. Hacia el final de sus conquistas, en el año 326 a. C., cuando cruzó el río Indo y se enfrentó al rey del Punjab, Poros. Las tropas de Alejandro y de Poros estaban separadas por el río Hydaspes (actualmente Jehlum), y, en una maniobra previa a la batalla decisiva, Alejandro y un grupo de soldados cruzaron el río. Según indica Elyot (1531) Alejandro fue cargado a hombros de un soldado para

cruzar el río con lo que se lamentó diciendo “o, cuan infeliz soy por no haber aprendido a nadar”.

Por otra parte, el buceo con diversos objetivos, como extraer materias primas del mar, reparar barcos o limpiar los puertos (esto existió en muchos puertos hasta principios del s. XX), debió estar muy extendido. Y esta debió ser una habilidad muy valorada. Así, en la isla de Samos, se instauró la costumbre según la cual, antes de contraer matrimonio, la pareja de jóvenes tenía que demostrar su habilidad natatoria, buceando hasta ocho brazas (unos 13 m) de profundidad (Iguaran, 1972).

(b) Textos y leyendas

Que la natación tenía gran importancia en la Grecia Clásica se pone de manifiesto en una célebre frase de Platón de su libro *Leyes* (mediados del s. IV a. C.), donde se asemeja a la gente culta con el saber nadar: “debería confiarse un cargo público a personas que son lo contrario de la gente culta, los cuales, según el proverbio, no saben ni nadar, ni leer” (Iguarán, 1972). Es interesante destacar que en esta frase se está apoyando en un proverbio, lo que indica que realmente, ésta era una frase conocida por la sociedad griega de la época.

En las dos grandes epopeyas de la época, *La Ilíada* y *La Odisea* (Homero, s. IX a. C.), también se pone de manifiesto la importancia de saber nadar. Es obvio que éstos son textos literarios que se podrían clasificar como “fantásticos”, pero reflejan bastante bien el estilo de vida de la Grecia Clásica. En la *Ilíada* hay dos referencias a las artes natatorias: en la rapsodia XVI, se hace referencia a la existencia de “buzos” que cazan ostras y, en el primer párrafo de la rapsodia XXI, se describe como los soldados teucros, perseguidos por Aquiles, se ven forzados a huir cruzando el caudaloso río Janto. En la *Odisea* aparecen cinco referencias: en cuatro de ellas (rapsodias V, VII y XIX) la necesidad de nadar-bucear se debe a naufragios y, en la rapsodia XIV, se cuenta que Odiseo (Ulises) tiene que nadar para escapar de sus captores. Ninguna referencia a nadar por ocio, siempre por necesidades impuestas por las circunstancias.

Una leyenda poco conocida en la sociedad actual pero de gran relevancia en época greco-romana (y posteriormente tras el Renacimiento), la leyenda de Leandro y Hero, también nos habla de la necesidad de nadar. El joven mercader Leandro se había enamorado de Hero, sacerdotisa de la diosa Afrodita (Venus para los romanos) tras verla en una ceremonia religiosa, pero tenían dos problemas para consumar su amor: en primer lugar, la familia de Hero se oponía a ese amor (además de su condición de sacerdotisa) y, en segundo lugar, vivían separados por

el estrecho del Elesponto (Dardanelos), pues ella vivía en la zona europea de Grecia (polis de Systos) y él en la zona asiática (polis de Abydos). Así las cosas, Leandro cada noche cruzaba el estrecho a nado guiado por un candil encendido en lo alto de una torre por Hero. Pero una tormentosa noche de invierno el candil se apagó, Leandro perdió su rumbo, y acosado por un mar embravecido, pereció. A la mañana siguiente, Hero vio su cuerpo sin vida flotando frente a su torre y, ante tan fatal acontecimiento, se arrojó desde lo alto, ahogándose con él. Monedas (figura 11) y pinturas (figura 12) han recreado la leyenda durante siglos.

La veracidad de esta leyenda fue muy discutida siglos después, pues los “sabios” de la época cuestionaban que el ser humano estaba capacitado para nadar durante tan largo trayecto. Hasta que Lord Byron, “... aburrido de aguantar tanta discusión inútil y polémica sin fin, en pro y en contra de la clásica historia que, al fin, he tomado la decisión de pasar el estrecho a nado ...”. La hazaña la realizó el 3 de mayo de 1810, junto a su compatriota, el teniente Ekenhead, tardando algo más de una hora en recorrer los cerca de 1900 m que separan Systos de Abydos. No encontró la recompensa del amor de Hero, como era el caso de Leandro, sino una fiebre que le mantuvo postrado en la cama durante varios días. Sin embargo, algunos escépticos seguían dudando, argumentando que el camino de vuelta de Europa a Asia era más complicado por ser más fuertes las corrientes. En 1818, fue retado por el caballero italiano Mengaldo a una travesía de unos 5.000 m en Venecia, reto al que se añadió un tercer nadador. Byron ganó y aprovechó para preguntar “¿quién podría hacerme dudar de la hazaña de Leandro? Si tres individuos han cubierto más distancia que atravesar el Helesponto, ¿por qué no pudo ser capaz de realizar un menor recorrido Leandro?”

(c) Con fines militares

Son numerosos los textos donde se indica la importancia del arte natatorio en las guerras de la época, por lo que se citarán sólo algunas de las más destacadas por orden cronológico.

La Guerra del Peloponeso (431-404 a. C.) entre Esparta y Atenas, el historiador Tucídides (460-396 a. C.) nos proporciona algunas referencias interesantes de lo importante que era dominar las artes natatorias por parte de los soldados. En su primera fase (431-421 a. C.), un grupo de unos 400 soldados espartanos quedó sitiado en la pequeña isla de Esfacteria (mar Jónico) en el año 425 a. C. y, dado que no podían ser abastecidos desde el exterior, consiguieron subsistir gracias a los alimentos que extraían del fondo del mar. Finalmente los espartanos capitularon, lo que supuso una gran conmoción en la época, pues fue la primera vez que los espartanos preferían entregarse a morir.



Figura 11: moneda romana de finales del s. II d. C. que recrea a Leandro nadando y Hero iluminándole con un candil (Museo Ashmolean, Oxford, Inglaterra).



Figura 12: dos cuadros que recrean la leyenda de Hero y Leandro. A la izquierda, cuadro de Bernard Picart (1673-1733). A la derecha, cuadro de William Etty (1787- 1849).

En la segunda fase de la guerra, cuenta el intento de los atenienses por conquistar la polis de Siracusa (en la costa este de Sicilia), aliada de Esparta, entre los años 415-413 a. C. La flota ateniense estaba fondeada en el Gran Puerto de Siracusa y los siracusianos la atacaron por dos veces. La primera fue infructuosa, pero en la segunda consiguieron su propósito y pudieron tender una cadena que cerraba la entrada por mar al puerto. En ambos combates, Tucídides indica que la acción de buceadores siracusianos fue decisiva, cortando amarras y colocando estacas en el fondo para hundir a los barcos atenienses. Al ser descubiertos por los atenienses, éstos, que también tenían expertos buceadores, contraatacaron con sus buzos, entablándose una formidable batalla entre ambos.

En la segunda Guerra Médica entre griegos y persas, Herodoto de Halicarnaso (484-425 a. C.) escribió que la batalla naval de Salamina (480 a. C.) entre las tropas del rey persa Jerjes I y las polis griegas, fue una victoria sin paliativos para los griegos. Esto fue así por dos motivos, primero por la estrategia, pues el general Temístocles eludió un combate en mar abierto y prefirió el angosto espacio que quedaba entre los dos canales que deja la isla de Salamina hasta bahía de Eleusis, lo que impidió maniobrar a las pesadas naves persas. En segundo lugar, por la habilidad natatoria de los combatientes griegos que les permitió salvar sus vidas cuando caían al agua, mientras que los persas perecían cuando se hundían sus barcos.

Tras la batalla, el rey persa recurrió a la habilidad natatoria de griegos capturados para recuperar objetos perdidos en sus navíos hundidos. De entre éstos, se hicieron famosos Escilias de Escione y su hija, pues aprovecharon una tormenta para cortar las amarras y anclas a numerosos navíos persas y luego escapar para reunirse con las tropas griegas, informando del potencial naval que le quedaba a Jerjes. Su hazaña tuvo tanta notoriedad en la sociedad de la época que, según el historiador Pausanias (s. II d. C.) le erigieron una estatua que ofrecieron en el templo de Apolo en Delfos. Cuando siglos después (año 66 d. C.), el emperador Romano Nerón ordenó trasladarlas a Roma, la sociedad griega se sintió tan agraviada que del oráculo de Delfos surgieron coléricos augurios para el emperador.

Durante la invasión de oriente por parte de Alejandro Magno (356-323 a. C.), una de las más duras plazas que tuvo que dominar fue la ciudad fenicia de Tiro (sur del Líbano), situada en una isla, en el 332 a. C. Para llegar a la isla, Alejandro mandó construir un gran malecón para poder abordar la ciudad, pero según cuenta el historiador romano Quinto Curcio (hacia el s. I d. C.) los buzos fenicios, con largos ganchos, alejaban las piedras y troncos que utilizaban los macedonios en la construcción. Finalmente, la ciudad fue derrotada.

Para finalizar con este apartado, citaremos al historiador romano Tito Livio (59 a. C. - 19 d. C.) que vuelve a hablar de la habilidad buceadora de los griegos, cuando, en el año 168 a. C. Macedonia fue conquistada por los romanos. El rey Perseo de Macedonia tras ser vencido en la batalla de Pidna ordenó tirar al mar los tesoros de la capital, Pella. Viendo que los romanos respetaron su vida y estatus, pasados unos días se arrepintió, y unos buzos se encargaron de recuperar el tesoro. Parece ser que la acción le causaba vergüenza, e hizo todo lo posible para que no se hiciese público, por lo que mandó asesinar secretamente a los buzos.

(d) En el arte

Numerosas son las vasijas, ánforas y utensilios similares en los que aparecen representaciones de gente nadando. De entre ellas, destacaremos tres. La primera (figura 13), denominada “mujeres bañándose” atribuida a Andócides, considerado uno de los más grandes decoradores de cerámica que vivió hacia el s.VI a. C. En la vasija se puede observar a varias mujeres tomando el baño: una nadando, otra a punto de zambullirse, otra que se marcha a los vestuarios y otra poniéndose ungüentos. El hecho de que aparezcan peces, hace pensar que se trataba de un baño al aire libre.

El “Vaso François” (570 a. C.) es una cratera (recipiente destinado a mezclar vino y agua) de cerámica de figuras negras realizada por Ergótimos y decorada por el pintor Clitias (figura 14). Fue encontrado en una tumba etrusca y actualmente se encuentra en el Museo Arqueológico de Florencia. Está decorada con unas 270 figuras negras y, entre ellas, se representa el desembarco de Teseo (mítico rey de Atenas que derrotó al Minotauro) en Ática, donde se puede ver al barco arribando a tierra y uno de los marineros nadando con una acción alternada de brazos que recuerda al actual estilo crol.

En tercer lugar, destacaremos una cratera de figuras rojas, datada hacia el año 430 a. C. que se encuentra en el Museo Británico de Londres (figura 15). El dios Helios (personificación del sol) recorre el cielo rodeado de estrellas personificadas como jóvenes que nadan y se zambullen en el mar, así, recorre la noche acompañado de éstos para renacer al alba del día siguiente (recuerda mucho el viaje diario del dios Ra, dios del sol egipcio, que cada noche recorría el cielo estrellado para salir al día siguiente).

Finalmente, destacaremos el fresco denominado “La tumba del zambullidor” (figura 16) localizada en la polis de Poseidonea (posteriormente Paestrum) en la región italiana de Campania y datada hacia el 470 a. C. Se trata de una tumba de caja, la típica de la civilización lucana que en el s.VI a. C. consiguió

dominar la citada polis. Se trata ésta de una iconografía única en el arte griego claramente influenciada por el arte local.

4.2. La Roma Clásica

Precursora en muchos aspectos de la romana, la civilización etrusca nos ha dejado diversos restos que atestiguan su interacción con el medio acuático. De entre ellos destacan el mural hallado en la “tumba de la caza y pesca” (s. VI a. C.), en la necrópolis de Tarquinia (región del Lacio), donde se puede ver a un muchacho saltando al agua de cabeza y a otro que trepa por las rocas para hacer lo mismo (figura 17). Y una figura, de unos 18 cm de altura, descubierta en Perugia y datada hacia el 460 a. C., y que representa a un individuo en una posición típica para realizar una zambullida y entrar al agua “de cabeza” (figura 18).

Al igual que en el apartado dedicado a la Grecia Clásica, para facilitar la comprensión de los contenidos, éstos se presentarán agrupados en tres grandes bloques: (a) las termas, (b) con fines militares y (c) otros usos y restos.

(a) Las termas

Ya desde la época republicana, los baños se hicieron populares en las casas de los ciudadanos pudientes, pero no fue hasta el periodo imperial cuando llegaron a todos los estratos sociales. Fue Marco Agripa (63 a. C. – 12 d. C.) quien, tras la pacificación y creación del Imperio por parte de Octavio Augusto (63 a. C. – 14 d. C.), se convirtió en el responsable de construcciones del imperio, y, entre las numerosísimas obras por él mandadas construir (templos, teatros, acueductos, calzadas, etc.) destaca el primer complejo termal ofrecido a la plebe (Gómez, 2006). Se inauguró en el año 19 a. C., en el Campo de Marte (al norte de la muralla serviana). Pero este fue solo el primero, pues se estima que durante su mandato mandó construir 170 baños. Pronto tomaron el nombre de “termas”, pues en ellos se podía disfrutar de agua caliente (Thermae).

Así, durante la época imperial, las termas se convirtieron en un icono de la cultura romana y todas las ciudades provincianas disponían de sus propias termas. Cabe recordar aquí que el número de ciudades romanas alrededor del mediterráneo, no fue sobrepasado hasta el s. XIX, lo que deja bien claro que todo ciudadano romano tenía acceso a este tipo de instalaciones. Incluso en poblaciones pequeñas o destacamentos militares permanentes (como el de Vindolanda en el Muro de Adriano, Gran Bretaña) se han encontrados restos de termas.

Con ello, el hábito de bañarse fue cambiando en función de las diferentes épocas. Así, en la república la costumbre era bañarse una vez a la semana, pero con el Imperio el baño se convirtió en una actividad diaria. Entre los emperadores existen ejemplos que ilustran estos hábitos. Así, mientras Octavio Augusto se bañaba a diario en la estación estival, en invierno no era un asiduo bañista, por el contrario, Lucio Aurelio Cómodo (161-192 d. C.), extremista en muchas de sus acciones (es el emperador recreado en la película “Gladiator” de Ridley Scott, del año 2.000) tomaba entre siete y ocho baños al día, y Gordiano I (159- 238 d. C.) se bañaba entre cuatro y cinco veces al día en verano y dos durante la estación invernal.



Figura 13: vasija de Andócides denominada “mujeres bañándose”, hacia 525-520 a. C. (Museo del Louvre, París).

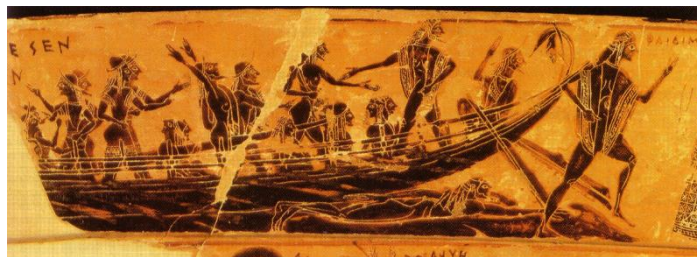


Figura 14: izquierda, el “Vaso François” de Ergótimos y Clitias, hacia 570 a. C. Derecha, detalle del desembarco de Teseo (Museo Arqueológico de Florencia).

El baño no era solo por placer, sino que los romanos lo asociaban a una vía muy importante para mantener la salud. Así acuñaron la famosa frase “salus per aquam” (y su acrónimo SPA), que se traduciría por “la salud por medio del agua”.

La importancia y repercusión social de las termas en el periodo imperial se puede resumir en estos dos textos:

- *“Los baños, el vino y el amor corrompen nuestros cuerpos, pero constituyen la salsa de la vida” así reza una inscripción que resume los tres principales placeres de los romanos en el período imperial (Gómez, 2006). Algunos emperadores promulgaron edictos para evitar tanta lujuria y perversión, como Adriano (76-138 d. C.), Marco Aurelio (121-180 d. C.) o Alejandro Severo (208-235 d. C.), separando los espacios para hombres y mujeres e impidiendo que éstas fueran empleadas por los empresarios como elementos de atracción, con lo que las termas acababan convirtiéndose en auténticas “casas de citas”. Sin embargo, estos edictos no llegaron a ser todo lo eficaces que los emperadores querían. Tan sólo en el año 363 d. C, ya en un Imperio Romano cristianizado, y tras el concilio de Laodicea (actual Turquía), se consiguió erradicar los excesos al prohibir completamente el baño a las mujeres.*

- *“Vivo sobre un baño público, imagínate todo tipo de voces que te hacen desear ser sordo. Cuando los atletas se entrenan levantando pesos de plomo (...) siento sus silbidos y sus jadeos. Siento el golpetear de la mano del masajista en los hombros (...) Si después llegan los que juegan al balón y empiezan a contarse los puntos, es la monda. Añade a (...) que se tiran a la piscina con gran ruido y te darás cuenta. Pero, aparte de éstos, que por lo menos tienen voces normales, imagina el depilador que para hacerse ver habla en falsete con tono estridente, y que no se calla nunca salvo cuando quita los pelos de las axilas y obliga a otro a gritar en su lugar. Y, después, está el vendedor de bebidas con sus anuncios, está el vendedor de salchichas, el tabernero, y cada uno vende la propia mercancía con una particular entonación de voz”. Cartas a Lucilio que escribió el filósofo hispano Lucio Séneca (4-65 d. C.). Estas afirmaciones de Séneca nos recuerdan que muchas cosas que pensamos que son tan modernas, ya estaban inventadas hace muchos años. Como los propios romanos decían “nihil novi sud sole” (nada nuevo bajo el sol).*



Figura 15: crátera con el dios Helios recorriendo la noche en un carro acompañado de estrellas personificadas en jóvenes que se zambullen y nadan. Hacia 430 a. C. (Museo Británico).

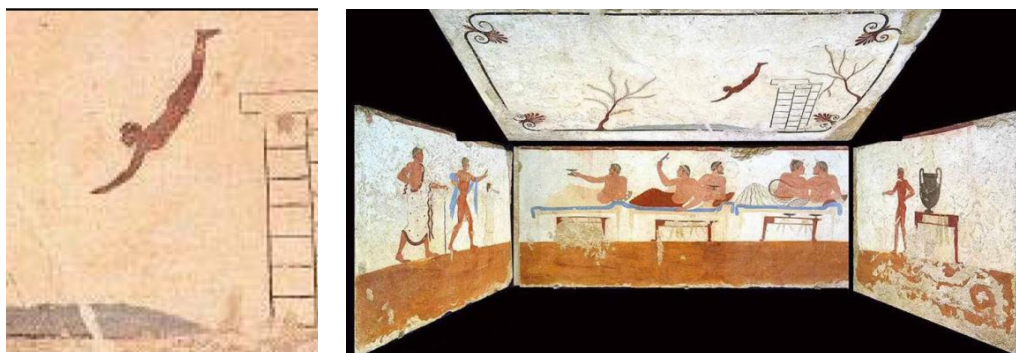


Figura 16: “tumba del saltador” en Paestum, Campania italiana (s. V a. C.)

.Los emperadores se afanaban por sobrepasar a sus antecesores en la construcción de termas majestuosas. Así, las de Nerón (37-68 d. C.) ocupaban unos 3.000 m², las de Trajano (53-117 d. C.) unos 110.000 m², las de Caracalla (188-217 d. C.) unos 140.000 m² y las de Diocleciano (244-311 d. C.) unos 150.000 m². Lamentablemente, la mayoría han desaparecido (sobre todo por expolios) a lo largo de los años, aunque todavía podemos hacernos una idea de su majestuosidad con algunos ejemplos, como la Iglesia de Santa María de los Ángeles que se sirvió de una de las basílicas de las termas de Diocleciano o las impresionantes bañeras de granito de las termas de Caracalla que en el s. xvi fueron transportadas hasta la plaza Farnesio para convertirse en fuentes ornamentales (figura 19).

Pero algunas termas siguen funcionando todavía, como las termas de Alange (Mérida) que siguen conservando dos salas con unas magníficas cúpulas de 11 m de diámetro, iluminadas por un oculi (figura 20). Son un extraordinario ejemplo de la perennidad de las obras romanas, como las termas de la ciudad inglesa de Bath.

A las termas acudían todos los ciudadanos: hombre y mujeres, jóvenes y ancianos, pobres y ricos, ciudadanos romanos y esclavos (con sus amos). Hasta el emperador y su familia se mezclaban con el gentío, a pesar de la existencia de termas privadas. En las termas públicas la entrada era muy barata e incluso gratuita.

Las instalaciones típicas de las termas eran:

- Apodyterium o vestuarios, para cambiarse de ropa
- Palestra, generalmente una zona ajardinada rodeada por una columnata (peristilo), para aplicarse ungüentos y realizar ejercicios físicos y de combate.
- Laconicum o baños de vapor para sudar abundantemente
- Calidarium o piscina de agua caliente, con diferentes opciones de vapor caliente con diferentes técnicas para ello (guijarros o hierros incandescentes eran los más utilizados). En algunos casos, existían salas cerradas con vapor a gran temperatura que denominaban calor siccus o sudario assa.
- Tepidarium o conjunto de pequeñas piscinas de agua tibia
- Frigidarium, o gran sala sin calefacción que suponía las últimas etapas de la visita a unas termas.
- Oleotesium, recinto para aplicarse aceites y ungüentos perfumados
- Natatio o gran piscina al aire libre
- Exedras o salas de reunión
- Biblioteca



Figura 17: escena de la “tumba de la caza y pesca” en Tarquínia, región del Lacio (s. VI a. C.).



Figura 19: fuente ornamental utilizando las bañeras de las termas de Caracalla en la plaza Farnesio, Roma.

(b) Con fines militares.

Desde los inicios de la fundación de Roma, los militares romanos utilizaban un “método combinado” de ejercicios: primero, ejercicios de guerra en el Campo de Marte y, luego, baños en el río Tíber, para limpiarse y relajarse, pero también para competir. Probablemente esta tradición entre los soldados es lo que llevó al poeta Virgilio (70-19 a. C.) a escribir en su Eneida, como Eneas, lleno de sangre y sudor tras un combate, se tiró al agua del Tíber para “... lavarse la sangre que le cubre y haberle dado sosiego y descanso...” (Iguarán, 1972).

La ventaja que el dominio de la natación podía otorgar en el campo de batalla fue bien aprovechada por los romanos. Así, crearon el cuerpo de los “urinadores” (urinator significa en latín buzo o buceador), siendo ésta la primera unidad anfibia de carácter permanente de que se tiene noticia (Ávila, 1989). Una de sus acciones más conocida es descrita por Dion Casio (155-229 d. C.), en la denominada Batalla del río Medway, durante la conquista romana de Britania, en el año 43 d. C. Los británicos estaban confiados porque pensaban que los romanos no serían capaces de cruzar el río sin un puente, pero los urinadores cruzaron el río por el flanco derecho y atacaron en la zona donde estaban sus caballos, sembrando un gran caos. Luego, el grueso de legionarios cruzó el río por el flanco izquierdo para entablar batalla (<http://www.fanaticus.org/DBA/battles/Medway43AD/index.html>).

Cuando Adriano sucedió a Trajano como emperador en el año 117 d. C., se encontraba en la ciudad de Antioquia (al sur de la actual Turquía) y en su viaje de regreso a Roma visitó las tropas que vigilaban la frontera en el río Danubio, donde se le hizo una demostración de la habilidad natatoria de unos mil urinadores de origen Bático (germanos que luchaban como federados con los romanos). Éstos cruzaron el Danubio con todo su equipamiento militar, siendo vencedor un soldado llamado Sorano. Iguarán (1972) traduce un texto de la obra “Antologiae epigraphiae latinae specimen 1” de Bücheler (1870), en la que se indica que tan impresionado quedó el emperador, que le dedicó el siguiente elogio:

*“Me hice una vez pero que muy conocido
por todas las tierras del país panónico
pues de mil guerreros baticos fui yo primero
quien ante los ojos de Adriano atravesara
nadando con equipo completo en toda anchura
las anchas aguas del Danubio que es un gran río.”*



Figura 20: izquierda, balneario de Alange (Mérida) donde se puede apreciar el “oculi”. Derecha, balneario de Bath, Inglaterra.



Figura 21: batalla naval en un manuscrito bizantino del s. XI, donde se puede apreciar un urinator en acción.

Las últimas referencias a los urinadores las encontramos en el Imperio Romano de Oriente (Imperio Bizantino), donde su participación en los diversos asedios que sufrió Constantinopla fue destacable (figura 21).

También encontramos figuras históricas relevantes de las que se cuentan sus dotes natatorias. Tal vez el caso más conocido sea el de Julio César (100-44 a. C.), de quien Plutarco (50-120 d. C.) indica en su biografía que, en la Batalla de Alejandría (año 47 a. C.) contra Ptolomeo XIII (hermano de Cleopatra), tuvo que nadar cerca de 300 metros transportando importantes documentos en una mano, por lo que la mantuvo fuera del agua durante todo el trayecto. En la figura 22 se puede observar un dibujo del libro *L'uomo galleggiante, ovvero l'arte ragionata del nuoto* (El hombre que flota, el verdadero arte de nadar usando la razón) publicado en 1794 por Oronzio de Bernardi, que representa esta acción. En esta ilustración aparece Julio César desnudo, pues Bernardi fue un entusiasta de la “natación natural”, pero Plutarco dice que nadó con su armadura de general.

(c) Otros usos y restos

El mosaico de la figura 23 muestra que la moda de baño que utilizaban las romanas no era muy diferente de la actual. Este es un mosaico de la época tardo-romana (hacia el 330 d. C.) encontrado en una suntuosa mansión, la Villa del Casale, de la localidad siciliana de Piazza Armerina. Las romanas, por tanto, también dominaban el arte de nadar, como también atestiguan otras referencias, por ejemplo, cuando el emperador Nerón ordenó asesinar a su madre Agripina la menor, intentó que pareciera un accidente. Así, dispuso que los hechos acontecieran en un naufragio, pero Agripina fue capaz de salvar su vida gracias a su habilidad natatoria (aunque de poco le sirvió. Enterado del suceso, Nerón mandó a tres asesinos para que acabaran el trabajo).

También encontramos en esta época las primeras referencias de lo que actualmente llamamos Natación Sincronizada. El poeta hispano Marco Valerio Marcial (40-104 a. C.), en su obra “Epigramas” (libros de carácter satírico, que basan su comicidad en la paradoja, ataques personales y con finales sorprendentes), escribe sobre muchachas y muchachos que, disfrazados de ninfas, que hacían las delicias de los espectadores formando vistosas figuras en el agua: tridentes, áncoras, remos, un barco, la estrella de Castor y Pólux, etc.

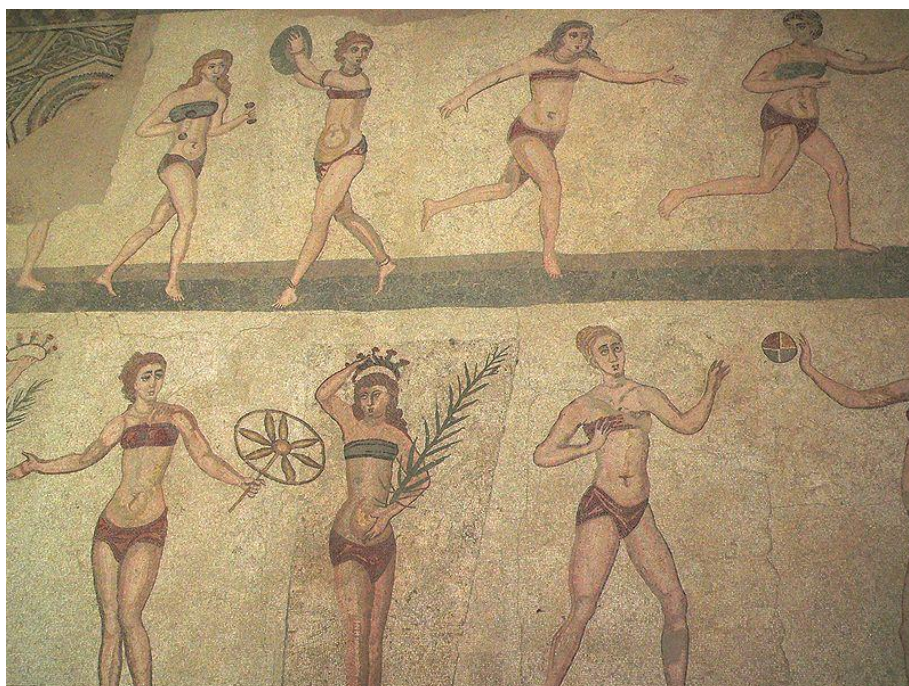


Figura 23: Mosaico de la Villa del Casale, en Sicilia (hacia 330 d. C.)

Por su parte, Plutarco (20-120 a. C.) en “Vida de Antonio” cuenta una divertida anécdota de cuando éste estaba en Egipto con Cleopatra (69-30 a. C.): a Marco Antonio le gustaba pescar a caña en el Nilo. En una de esas sesiones de pesca apareció Cleopatra, pero la suerte no le sonreía a Marco Antonio, de manera que, de forma disimulada, mandó a un buzo que le pusiera en la caña peces que acababan de ser pescados. Cleopatra se dio cuenta del ardid, pero disimuló e hizo que no se había dado cuenta. Al día siguiente, Cleopatra invitó a todo su séquito para que admiraran la gran habilidad del romano. Ante tan distinguida audiencia, Marco Antonio lanzó el cebo y al notar un pequeño tirón, lo sacó del agua y ¡oh sorpresa! sacó un pez salado, pues Cleopatra así lo había dispuesto con sus buzos.

El poeta Marco Manilo (de biografía bastante desconocida), citado por Colwin (1993) escribió en su poema *Astronómica* (hacia el 10 d. C.) diferentes formas de nadar en el mar: “... tumbado sobre la superficie del agua ... golpeando con sus brazos las olas ... lo mismo que dentro del líquido haciendo obrar a las manos como si fueran remos, de manera tan disimulada que no se las ve mover ... adoptará la posición vertical y avanzará como si paseara por la tierra, o se tumbará sobre su espalda...”. “Así como los delfines se deslizan por el agua con diligentes aleteos, primero por encima de la superficie y luego sumergiéndose hacia el fondo, y lanzan agua hacia la superficie girando en círculos, del mismo modo, aquellas personas nacidas bajo el signo del delfín (piscis) vuelan sobre las olas, elevando un brazo y luego el otro en lentos arcos”. Es de destacar que es la primera vez que en un texto se indica, no solo el movimiento que se realiza al nadar, sino los efectos que estos movimientos tienen en el agua y, más aún, el poeta lo describe de forma bastante parecida a como lo haría un físico especialista en dinámica de fluidos, tan sólo le falta utilizar el término “vórtice”. Esta forma de analizar el nado no se retomó hasta finales del s. XX.

Por último, resaltar que según Iguarán (1972) en el puerto de Ostia se realizaba una travesía a nado cada mes de mayo, por lo que se trata de la segunda referencia más antigua de competiciones de natación (tras las celebradas en la polis de Hermione, como se indicó anteriormente).

5. La Edad Media

Tras la desaparición del Imperio Romano de Occidente, la estructura económica, social, política y militar, cambió radicalmente, dando lugar al Medioevo (s. V al s. XV). Esta fue una “época oscura” en muchos aspectos del desarrollo de la humanidad, y la Natación no fue una excepción. Así, los baños y piscinas prácticamente desaparecieron, la higiene corporal pasó a un segundo plano y, además, el miedo a las plagas y “pestes” hizo que la gente se bañara muy poco, pues suponía desvestirse a la intemperie (recuérdese que el descubrimiento de los

microorganismos no ocurrió hasta el s. XVII, cuando el holandés Leeuwenhoek vio por primera vez estos organismos con un microscopio de fabricación propia).

Incluso los caballeros dejaron de considerar a la natación como una actividad necesaria para el campo de batalla, pues las pesadas armaduras que utilizaban imposibilitaban tanto la flotación como los movimientos necesarios para nadar. Un claro ejemplo es el ahogamiento del rey Federico I Barbarroja (1122-1190 a. C.), emperador del Sacro Imperio Romano Germánico, acontecido en los inicios de la tercera cruzada. Si bien la causa exacta de su ahogamiento no está clara, una de las hipótesis es que su caballo lo tiró de la silla cuando cruzaba el río Saleph en Anatolia, ahogándose debido al peso de su armadura.

Esta situación cambió con el Renacimiento. No obstante, existen algunas excepciones. Así, el biógrafo de Carlomagno (742-814 d. C.), Eginhardo (770-840 d. C.), escribe que éste era “el mejor nadador de su tiempo”. Como ejemplo, puede verse la interesante descripción que hace del famoso Emperador en su “Vita Caroli Magni” (<http://es.wikipedia.org/wiki/Eginhardo> consulta 20/03/2011):

“Deleitábase con los vapores de las aguas termales y ejercitaba su cuerpo con frecuencia en la natación, y lo hacía tan bien que nadie le aventajaba. Por eso construyó el palacio en Aquisgrán, y allí habitó los últimos años de su vida. Y no iba al baño con sus hijos, sino con los magnates y amigos y aun con otros subalternos y guardias suyos, de modo que algunas veces se bañaban con él cien y más hombres.”

Su hijo Lodovico Pio (778-840 d. C.) siguió la costumbre de su padre. Ermoldo el Negro (790-843 d. C.) le describe nadando y zambulléndose en el río Loira y también se le atribuye la frase “quien no llegue en barco, que se valga nadando”. Asimismo, en los Códice sangalliensis del monje Notker de San Gall (840-912 d. C.), citado por Iguarán (1972), se dice de él que “...después para refrescarse nadó tan bien, que los ciudadanos le seguían para continuar viéndole nadar como un delfín”. En Aquisgrán, conservó el balneario romano que utilizaron, primero, los reyes merovingios y, luego, los carlovingios.

A diferencia de la Europa occidental, en la Europa oriental se conservó la refinada vida instaurada por el Imperio Romano. Su capital, Constantinopla, construida inicialmente a imagen de Roma fue durante más de un milenio la ciudad más cosmopolita, deslumbrante y refinada del mundo conocido. De ella partía la ruta de la seda, tenía universidades y su arte se impuso al resto de Europa durante la Edad Media. De hecho, su conquista por parte del sultán otomano Mehmet II en 1453, supuso la huida de la ciudad de gran cantidad de artistas a Italia, suponiendo un impulso definitivo al surgimiento del Renacimiento (el Quattrocento). Según Wilkie y Juba (1990), a mediados del s. V había 150 baños en la ciudad.

Bibliografía

Ameilhon, H. (1766). *Histoire du commerce et de la navigation des egyptiens, sous le regne des Ptolemées*. Ed. Chez Saillant.

Arellano, R., Pardillo, S. (2003). Historia de la natación. Evolución de los medios y métodos de investigación en la biomecánica de la natación. En, L. P., Rodriguez (Ed.), *Compendio histórico de la Actividad Física y el Deporte*. Ed. Masson.

Ávila, L. (1989). *Por debajo de la cota cero*. Editorial Hispano Europea.

Berger, K. S. (2006). *Psicología del desarrollo: infancia y adolescencia*. Editorial Médica Panamericana.

Bottéro, J. (2004). *La epopeya de Gilgamesh. El gran hombre que no quería morir*. Ed. Akal.

Breier, R., Kuhland, C. (2004). *A History of Swimming*. DVD. A DreamTeam production.

Clarys, J. (1996). The historical perspective of swimming science. En, J. P., Troup, A. P., Hollander, D., Strasse, S. W., Trappe, J. M., Cappaert y T. A. Trappe (Eds), *Biomechanics and Medicine in Swimming VII*. Spon Press.

Colwin, C. (1993). *Swimming into the 21st century*. Ed. Human Kinetics.

Curcio, Q. (1986). *Historia de Alejandro Magno*. Ed. Gredos.

Elliot, T. (2009). *The Boke Named The Gouvernour; Devised by Sir Thomas Elyot, Knight*. General Books LLC.

Filóstrato, F. (1992). *Vida de Apolonio de Tiana*. Ed. Gredos

Gómez, F. J. (2006). Termas romanas: ocio y placer para todos los gustos. *Historia*, nº27, pp. 21-24.

Gómez, F. J. (2005). Hammurabi. *Historia*, nº 22, pp. 54-63.

Herodoto (1968). *Los nueve libros de la historia*. Ed. Iberia S.A.

Iguarán, J. (1972). *Historia de la Natación antigua y de la moderna de los juegos olímpicos*. Ed. Gráfica Valverde.

Llana, S., Pérez, P. (2007). Los orígenes de la Natación y su evolución hasta las actuales técnicas de nado. En, S. Llana y P. Pérez (Eds.) *Natación y Actividades Acuáticas*. Ed. Marfil.

Livio, T. (1993). *Historia de Roma desde su fundación. Libros XLI-XLV*. Ed. Gredos.

Marcial, M. V. (1997). *Epigramas. Obra completa*. Ed. Gredos.

Perlez, J. (1996). The Real Hungarian Count Was No 'English Patient'. The New York Times, 17 diciembre.

Plutarco, M. (2007). *Vidas paralelas. Tomo VI*. Ed. Gredos.

Renault, M. (2002). *Alejandro Magno*. Edhasa.

Tucídides (1990/1992). *Historia de la Guerra del Peloponeso. Obra completa*. Ed. Gredos.

València Hui. 150 personas murieron ahogadas en la Comunitat en 2006. Fecha 26.07.08.

Consultas internet:

Asociación Estatal del Víctimas de Accidentes, (2010)
<http://www.asociaciondia.org/prensa/ver-nota.aspx?id=27>

<http://es.wikipedia.org/wiki/Eginhardo> consulta 20/03/2011



Figura 22: Julio César en la batalla de Alejandría, según la edición alemana (1797) del libro *L'uomo galleggiante* (1794) de Oronzio de Bernardi