Au XIII° siècle, à l'époque du Moyen-Âge, Cuq était une ville comprenant 168 feux (foyers). Ils étaient situés sur le plateau de Cuq où on ne voit aujourd'hui que l'église Saint Etienne et le château.

Cette ville était entourée par des murs de fortification dont il ne reste aucune trace depuis bien des années. Il y avait sur le plateau de Cuq, un hôpital, un hôtel de ville, une maison d'école, un notariat et plusieurs maisons bourgeoises, des rues, des places publiques...

Il semblerait que l'une des causes qui auraient pu contribuer à la disparition de la ville de Cuq, soit l'incendie qui consuma une partie du château en 1565.

L'automobiliste qui parcourt la Route Départementale 112 entre Saint-Paul-Cap-de-Joux et Vielmur-sur-Agoût aperçoit, une colline de 244 mètres d'altitude une église récemment rénovée et éclairée la nuit.

A l'arrière, au milieu de grands arbres il découvre une ancienne construction : l'ancien château seigneurial de Cuq.

Cette église et ce château sont les seuls restes d'une ville fortifiée qui au XV ème siècle s'étendait sur le plateau de Cuq. Les deux constructions datent d'une époque bien reculée. L'origine n'est pas précisément connue.

Mais certains documents nous ont permis d'affirmer qu'au moyen âge, le plateau de Cuq était occupé par de nombreuses maisons disséminées autour du château. Le vieux cadastre de 1595 permet de retrouver l'emplacement des anciennes maisons, des places publiques de la ville et des principaux édifices.

En 1565 un incendie détruit un grand nombre de maisons.

A partir du XVIII ème siècle Cuq est devenu une commune essentiellement rurale avec beaucoup de fermes isolées.

Il faut attendre la fin du XX ème siècle avec la fermeture de nombreuses fermes pour voir arriver une population nombreuse résidant à Cuq, mais travaillant à l'extérieur, particulièrement à Castres.

L'éthymologie du nom de la commune :

Cuq vient du mot antérieur au Gaulois CUC : 'hauteur'. La mention 'Cuq-Lès-Vielmur' apparait

dans les documents officiels vers 1900.
Entre 1951 et 1964, la commune souhaite officialiser le nom de Cuq-Lès-Vielmur mais le Conseil d'Etat repousse le projet en 1958 et propose 'Cuq Les Bagas' en 1964.
Finalement, Monsieur le Maire et son Conseil Municipal, fort d'une délibération préfèreront le nom de Cuq-Lès-Vielmur. 'Lès' voulant dire 'près de', Cuq près de Vielmur.