

Provided for non-commercial research and education use.  
Not for reproduction, distribution or commercial use.



This article appeared in a journal published by Elsevier. The attached copy is furnished to the author for internal non-commercial research and education use, including for instruction at the author's institution and sharing with colleagues.

Other uses, including reproduction and distribution, or selling or licensing copies, or posting to personal, institutional or third party websites are prohibited.

In most cases authors are permitted to post their version of the article (e.g. in Word or Tex form) to their personal website or institutional repository. Authors requiring further information regarding Elsevier's archiving and manuscript policies are encouraged to visit:

<http://www.elsevier.com/authorsrights>

médiation corporelle

# Balnéothérapie avec des personnes âgées désorientées

KARINE RENARD  
Docteur en sciences de  
l'éducation, psychothérapeute,  
psychomotricienne  
Route de Port-Joie,  
37320 Esvres-sur-Indre, France

■ La pratique de la balnéothérapie chez les personnes âgées est une indication médicale ■ Elle procure un bien-être et une forme de lâcher-prise ■ La personne sera accompagnée par un professionnel en qui elle a confiance ■ Formé à ce type de soin, celui-ci sera à son écoute pour la conduire vers une détente optimale.

© 2021 Elsevier Masson SAS. Tous droits réservés

Mots clés – accompagnement ; balnéothérapie ; bien-être ; médiation corporelle ; personne âgée

Tous, nous connaissons l'action bénéfique de l'eau pour le corps. Nous pouvons également l'utiliser comme outil de travail, fantastique moyen soignant en raison de ses propriétés intrinsèques mais aussi par la relation entre le soignant et la personne soignée qui s'établit. Le travail en balnéothérapie est une médiation corporelle des soins. C'est un soin non médicamenteux qui peut être proposé à la personne âgée désorientée.

## UNE RÉFLEXION PRÉALABLE

L'eau est le milieu de vie initial de l'être humain : pendant neuf mois, l'embryon puis le fœtus est totalement immergé. Nous sommes intimement liés à l'élément eau dès notre

conception. Ce milieu est connu, même si nous n'en gardons aucun souvenir conscient. L'environnement aquatique est une médiation qui supporte une théorisation [1,2] à part entière tant cet élément est particulier dans son évocation : vie foetale, hygiène, hydratation, etc. Si ce milieu est vital, il peut néanmoins susciter de nombreuses peurs (noyade). La balnéothérapie se pratique sur indication médicale. De fait, la proposer nécessite une réflexion ; l'adhésion volontaire du résident comme du professionnel est bien entendu indispensable. Par le mouvement et le geste dans l'eau, cette approche offre une possibilité d'évolutivité, de dynamique vivante et d'apaisement.

## LE TRAVAIL RELATIONNEL

La nature du travail relationnel en balnéothérapie repose sur plusieurs axes fondamentaux :  
 • **une posture professionnelle adaptée, fondée sur l'empathie et la bienveillance.** Rappelons que se mettre en empathie n'est pas se mettre à la place de l'autre, mais saisir ce que l'autre ressent tout en restant connecté à soi-même ;

## • la relation de confiance.

Le soignant permet au résident de prendre conscience de ses capacités et de ses limites corporelles tout en profitant de ses possibilités. Avant de commencer un travail en balnéothérapie, il est nécessaire que la relation de confiance entre le soignant et le professionnel existe. Ce travail touche à l'intime, au corps dénudé, fragilisé. Des conditions de sécurité physique et psychique optimales doivent être rassemblées.

Nous allons solliciter le corps dans ses premiers souvenirs. L'eau agit sur la personne dans sa globalité, au niveau physique, psychologique, psychique. L'ensemble de cette action est soutenu par la relation soignant-soigné, douce et structurée.

Cette activité peut être parfaitement accompagnée par les aides-soignants, la condition initiale est d'aimer l'eau, sans réserve d'aucune sorte. Le risque serait de transmettre de la peur, même inconsciemment. Une formation adaptée en balnéothérapie est recommandée, ce qui permet en outre de renforcer la compétence professionnelle.

Adresse e-mail :  
karinerenard@outlook.fr  
(K. Renard).



ENCADRÉ 1

### Un moment de détente

M<sup>me</sup> B. a 80 ans, elle est désorientée. Une fois par mois environ, elle est accompagnée en séance de baignoire balnéo. M<sup>me</sup> B. avance à tout petits pas, photo de l'espace en main. Elle sait où nous allons. Je baisse le ton de ma voix pour la tranquilliser et l'apaiser tout en diminuant sa confusion. Le temps de mise en maillot de bain est tranquille : c'est une partie du soin à part entière, comme le temps de rhabillage et le retour vers l'unité. Je suis assise à côté de la baignoire. Je lui propose de faire bouger l'eau avec son corps et de "s'installer" dans l'eau. S'installer implique de faire en sorte de s'y sentir bien : il lui incombe de trouver son "être bien" dans l'eau. Je lui dis qu'il n'est pas nécessaire de parler (M<sup>me</sup> B. n'aime pas trop cela),

juste d'écouter son corps dans l'eau et de laisser les sensations venir à elle. Si elle le souhaite, elle raconte ce qu'elle sent. Elle peut remuer son corps, sentir l'endroit où l'eau touche, là où elle ne touche pas, quelles en sont les différences ? Chaleur, froid, odeur, effets ? Elle tapote doucement l'eau, observant les légers remous qui reprennent leur forme dans l'instant. Est-elle bien ? « *Oui.* » Les yeux partent dans le vague. Je laisse s'installer un silence qu'aucun propos ne viendra troubler pendant deux ou trois minutes. Je laisse l'expérience faire son chemin en elle ; M<sup>me</sup> B. me semble en suspension, son tonus est plus tendu, comme en arrêt, la tête infléchie. J'attire son attention sur les lignes de son corps dans l'eau, qu'en pense-t-elle ?

« *C'est beau.* » Nous pouvons créer de jolis mouvements dans l'eau avec ses bras et mes mains. J'insiste sur la lenteur du geste et sur les liens entre le mouvement lent et ses ressentis paisibles. Plus nous allons lentement, plus je la sens s'apaiser et libérer ses gestes. Elle offre un petit sourire plus intérieur qu'extérieur, c'est, je crois, un sourire qu'elle s'adresse. Une attention particulière est portée sur la respiration, nous respirons ensemble tranquillement. Puis, je lui propose un petit massage simple des mains car M<sup>me</sup> B. a souvent les doigts recroquevillés, en *grasping*. Ce travail de remise en contact avec son corps par l'élément eau lui permet d'écouter ses sensations, les tensions, mais aussi les relâchements qui viennent.

### NOTE

<sup>1</sup> Ressenti, conscient ou non, de la position des parties de son corps.

### RÉFÉRENCES

- [1] Potel C. Le corps et l'eau. Une médiation en psychomotricité. Toulouse: Érès; 2009.  
[2] Luigi-Duggan A. Les médiations aquatiques. Un ailleurs de soi... Animer, accompagner et soigner. Barretali: Les médiations aquatiques; 2015.

## LES OBJECTIFS DU TRAVAIL EN BALNÉOTHÉRAPIE

La chaleur offre une détente physique. Celle-ci, si l'on comprend le corps comme une totalité, implique nécessairement une détente psychique, et inversement. Le résident, détendu, est plus présent dans la relation.

La poussée d'Archimède donne au corps la sensation de légèreté. Les articulations sont moins sollicitées. Effectuer des petits mouvements pour éprouver la proprioception<sup>1</sup> ramène au corps, aux sentiments, au ressenti physique. Nous pouvons agir sur la capacité proprioceptive en proposant au résident de faire l'expérience de l'attention portée à ses mouvements, à son corps.

L'eau enveloppe le corps et lui permet de se sentir contenu. Elle en reprend les contours. Cette médiation corporelle montre la fonction tiers de l'eau et, plus précisément, sa capacité enveloppante à faire "peau commune" tout en étant "peau distincte". L'eau est un prolongement actif entre le corps du résident, celui du soignant et le monde environnant. Elle stimule la fonction contenante que tout être humain met en place au fil de sa vie pour conserver son équilibre psychosomatique (« *Je me sens tenu et ancré dans mon corps* »). Par les différentes propositions, le soignant utilise les bienfaits de l'eau pour stimuler et/ou détendre, en fonction des besoins personnalisés de la personne désorientée. La relation permet d'échanger le sensible

entre deux personnes (*encadré 1*). Elle soutient et active tous les éléments développés précédemment. C'est un temps relationnel privilégié.

### EN PRATIQUE

L'eau doit être aux alentours de 30 °C, à ajuster selon les personnes. Certains aiment avoir juste un fond d'eau, d'autres jusqu'à mi-corps.

Une séance en baignoire dure environ une heure et demie, mise du maillot de bain et rhabillage compris. Ce temps est ajusté en fonction de l'autonomie de la personne, qui passe entre quinze et quarante minutes dans l'eau. ■

*Déclaration de liens d'intérêts*  
L'auteur déclare ne pas avoir de liens d'intérêts.