

# Sécuriser l'activité du bain avec une barre d'appui à succion



**Manon Guay**  
Ergothérapeute, chercheure, Centre de recherche sur le vieillissement, professeure agrégée, École de réadaptation, Faculté de médecine et des sciences de la santé, Université de Sherbrooke  
manon.guay@usherbrooke.ca



**Noémie Séguin-Tremblay**  
Agente de recherche  
Centre de recherche sur le vieillissement  
noemie.seguin-tremblay@usherbrooke.ca

**Dans un contexte de soins à domicile, entrer et sortir de la baignoire peut constituer tout un défi mettant en jeu tant la sécurité de la personne aidée que celle de la personne aidante. Prendre appui sur une prise sécuritaire peut faciliter l'activité du bain. Lorsqu'il n'est pas possible de visser des barres dans les murs, est-ce qu'une barre d'appui à succion offre une solution sécuritaire ?**

**L**a salle de bains est la pièce de la maison dans laquelle il y a le plus de risques de faire une chute causant des blessures<sup>1</sup>. Se laver est l'activité de la vie quotidienne la plus souvent en cause lorsqu'une personne perd son autonomie<sup>2</sup>. Entre 2005 et 2014, au Québec, prendre un bain a mené à la noyade de 39 personnes de 65 ans ou plus<sup>3</sup>. L'activité de prendre un bain a été identifiée comme stressante et difficile autant par les personnes âgées vivant à domicile que par les personnes leur offrant des soins<sup>4</sup>. Il est essentiel d'identifier et de minimiser les facteurs de risques d'événements avec des conséquences déplorables sur la santé et la sécurité des personnes aidantes et celles aidées.

L'ajout de prises aux murs est nécessaire pour aider à garder l'équilibre au moment d'enjamber la baignoire, pour prévenir les chutes et diminuer le recours à l'assistance phy-

---

L'activité de prendre un bain a été identifiée comme stressante et difficile autant par les personnes âgées vivant à domicile que par les personnes leur offrant des soins.

---

sique offerte par l'auxiliaire aux services de santé et sociaux, par exemple. Les barres d'appui fixes, vissées au mur par un professionnel, sont la solution idéale<sup>5-6</sup>. Toutefois, que faire lorsque la structure des murs empêche de visser des barres ? Une personne peut aussi refuser ce type d'installation, parfois complexe, pour diverses raisons.

Une option existe : la barre d'appui à succion. Certaines personnes hésitent à utiliser ou à conseiller ce type de barres d'appui. Cette réserve peut être due à l'absence de consignes claires concernant leur utilisation sécuritaire. Des éclaircissements sur le sujet s'imposent.

## La barre du vitrier

Les barres à succion, ou barres à ventouses, ont d'abord été conçues pour transporter et installer de lourdes plaques de verre. Maintenant adaptés pour la salle de bains, différents modèles sont disponibles dans les magasins à grande surface et les commerces spécialisés. Ces barres



Photo : iStock.com

d'appui se collent par succion à des surfaces lisses telles que les murs entourant la baignoire et peuvent être retirées sans laisser de traces. Plus ses ventouses sont grandes, plus la barre possède une bonne adhérence au mur et ainsi plus elle peut supporter de poids. Avant leur utilisation, on doit s'assurer que les barres à succion supporteront la portion du poids qu'on leur transfère lors d'une activité, par exemple, lorsqu'on s'y appuie pour entrer ou sortir de la baignoire.

Il y a près de 30 ans, un article pionnier dans la revue *Objectif prévention* proposait les barres à ventouses en tant qu'option recommandable pour sécuriser l'hygiène corporelle<sup>7</sup>. Un document de référence de l'ASSTSAS rapporte qu'aucun incident n'est survenu en plus de 20 ans d'utilisation dans les CLSC au Québec<sup>8</sup>. Toutefois, les écrits scientifiques sur l'usage des barres d'appui à succion durant les activités quotidiennes sont inexistantes. Les personnes en perte d'autonomie et leurs aidants n'ont pas de lignes directrices « probantes » pour les guider dans l'utilisation sécuritaire de ces barres d'appui.

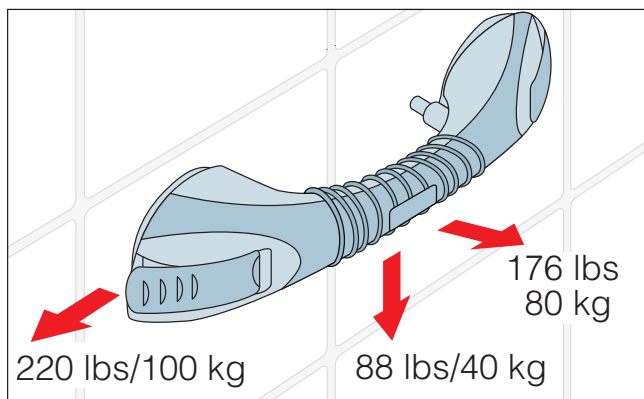


Figure 1

Illustration : Jacques Perrault

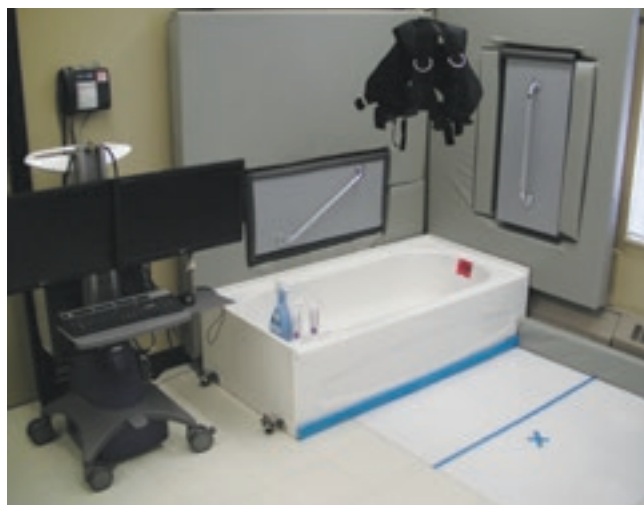


Figure 2

Photo : Université de Sherbrooke

Par exemple, lorsque j'accroche mon manteau, je sais que le crochet supportera facilement son poids puisque le fabricant indique que ce crochet peut soutenir jusqu'à 15 kg, soit beaucoup plus que le poids de mon manteau. Dans le cas des barres d'appui à succion, les fabricants indiquent les forces qu'elles peuvent soutenir dans différentes directions (figure 1). Savez-vous quelle force une personne exerce sur de telles barres pour entrer dans une baignoire, s'y asseoir puis se relever après son bain? Cette question paraît simple, mais avant l'année dernière, elle demeurait sans réponse.

## Une baignoire au laboratoire

Pour connaître cette force, une équipe constituée d'ergothérapeutes et d'ingénieures, travaillant sous la direction de la professeure Manon Guay a reproduit dans un laboratoire du Centre de recherche sur le vieillissement les conditions présentes lorsqu'on se lave dans la baignoire (figure 2). Un article publié dans la revue scientifique *Clinical Biomechanics*<sup>9</sup> détaille comment sept personnes, pieds nus, ont réalisé plusieurs essais comportant les actions d'entrer dans la baignoire, s'asseoir au fond, se relever et sortir en utilisant des barres d'appui.

Des barres installées dans différentes positions sur des murs ont été testées : une barre verticale utilisée pour entrer et sortir ainsi qu'une barre horizontale ou oblique pour s'asseoir et se relever. Un gel lubrifiant était étendu à l'entrée et au fond de la baignoire, puis vaporisé d'eau pour reproduire l'effet mouillé et glissant. Pour assurer sa sécurité en cas de chute, sans restreindre ses mouvements, chaque personne portait un harnais lié à une corde manœuvrée par un membre de l'équipe certifié en escalade. Des cellules de charge fixées aux barres d'appui ont converti la force exercée en signal électrique envoyé vers un ordinateur.

L'équipe de recherche a déterminé que les barres à succion utilisées pour prendre appui lors d'un transfert complet à la baignoire doivent supporter au moins le quart du poids de la personne qui les utilise, plus précisément 23,2 % de son poids. Ainsi, la plus faible des forces maximales supportées par la barre d'appui à succion doit être supérieure au poids de la personne divisé par quatre. Par exemple, la barre d'appui de la figure 1, dont la plus faible des trois forces maximales est de 40 kg selon les consignes du fabricant, ne pourrait pas être utilisée lors d'un transfert à la baignoire par une personne de 160 kg ou plus (encadré).

## Exemple de calcul pour déterminer la sécurité d'une barre d'appui à succion

### PARAMÈTRES

#### Données

- Poids de la personne = POIDS
- Limite de la barre (plus faible des forces maximales) = LIMITE

#### Condition

- Utiliser la barre si  $1/4$  du poids de la personne est inférieur à la limite de la barre
- Donc, utiliser la barre si :  $POIDS/4 < LIMITE$

### EXEMPLE

#### Données

- Poids de la personne = 200 lb
- Limite de la barre = 40 kg

#### Calculs

- 1) S'assurer d'avoir les mêmes unités pour le poids de la personne et la limite de la barre d'appui. Ici, transformer le poids de la personne en kilogrammes :
  - Poids de la personne =  $200 \text{ lb} * 1 \text{ kg}/2,2 \text{ lb} = 90,9 \text{ kg}$
- 2) Vérifier le respect de la condition :
  - $90,9 \text{ kg}/4 = 22,7 \text{ kg}$
  - $22,7 \text{ kg} < 40 \text{ kg}$

#### Réponse

Oui, la barre peut être utilisée avec cette personne

Bien que seul le transfert à la baignoire ait été étudié, il est raisonnable de généraliser ces conclusions à l'usage de la barre d'appui à succion dans une cabine de douche. En effet, la force exercée sur une barre au moment de l'enjambement du seuil de la cabine de douche est probablement inférieure à celle générée pour s'asseoir et se relever du fond d'une baignoire.

### Les mises en garde

Il faut toutefois garder en tête que cette étude n'a pas simulé des situations où une personne perd l'équilibre, fait une chute ou suspend tout son poids à la barre. Dans ces conditions, il est plus que probable qu'une barre d'appui à succion se décolle. Cette étude concerne les situations où une personne désire prendre appui sur une barre pour entrer dans la baignoire, en sortir, s'y asseoir et se relever afin d'éviter de prendre appui sur une personne aidante ou un mur glissant.

Les instructions du fabricant doivent être suivies. D'un côté, la surface des murs sur laquelle les barres sont apposées doit être propre, lisse et solide. De l'autre côté, la qualité des ventouses des barres d'appui sur le marché varie ce qui influe sur leur adhérence à la surface du mur. Une vérification de l'installation des barres devrait être faite avant chaque usage. Par exemple, une ventouse bien succionnée sur un carrelage mal fixé pourrait décoller le carrelage lorsque la personne prendra appui!

N'oublions pas que les barres d'appui antidérapantes vissées aux murs demeurent la solution à privilégier pour la sécurité des gens qui peinent à se laver ainsi que celle de leurs aidants, soit leurs proches ou des personnes travaillant dans le domaine de la santé. Néanmoins, lorsque

l'installation de barres fixes est impossible, le recours à une barre d'appui à succion est une solution acceptable pour favoriser le maintien de l'équilibre durant l'hygiène corporelle. Dans ce cas, le respect des consignes du fabricant et la considération du poids de la personne prenant appui sont essentiels pour assurer la sécurité de la personne et de son aidant. ■

### RÉFÉRENCES

1. Aminzadeh, F., Edwards, N., Lockett, D., & Nair, R. C. (2000). Utilization of bathroom safety devices, patterns of bathing and toileting and bathroom falls in sample of community living older adults. *Technology & Disability, 13*(1), 95-103. <https://doi.org/10.3233/TAD-2000-13202>
2. Guay, M., Dubois, M. F., Corrada, M., Lapointe-Garant, M. P., & Kawas, C. (2014). Exponential increases in the prevalence of disability in the oldest old: a Canadian national survey. *Gerontology, 60*(5), 395-401.
3. Guay, M., D'Amours, M., Provencher, V. (2019). When bathing leads to drowning in older adults. *Journal of Safety Research, 69*, 69-73.
4. King, E. C., Holliday, P. J., & Andrews, J. A. (2018). Care challenges in the bathroom: The views of professional care providers working in clients' homes. *Journal of Applied Gerontology, 37*(4) 493-515.
5. Standards Council of Canada. (2012). *Accessible design for the built environment (standard B651-12)*, CSA Group, Mississauga (Ontario).
6. International Standard. (2016). *Assistive products for personal hygiene that support users - requirements and test methods (ISO 17966)*. ISO, Geneva, Switzerland.
7. ASSTSAS. (1992). Ventouses de vitrier - Une poignée toujours à la portée de la main. *Objectif prévention, 15*(4), 32-33.
8. ASSTSAS. (2015). *Organisation de la salle de bain pour les soins à domicile*. Brochure. [http://asstsas.qc.ca/sites/default/files/publications/documents/b\\_salle\\_de\\_bain\\_sad\\_2015.pdf](http://asstsas.qc.ca/sites/default/files/publications/documents/b_salle_de_bain_sad_2015.pdf)
9. Guay, M., Vinet, M., Bombardier, AM., Hamel, M., Sveistrup, H., Demers, L., Smeesters, C. (2020). Force applied to a grab bar during bathtub transfers. *Clinical Biomechanics, 80*, 105-109. <http://dx.doi.org/10.1016/j.clinbiomech.2020.105109>