

# La thérapie corporelle en eau froide : Immersion-Depression-Submersion

Bernard Andrieu

► **To cite this version:**

Bernard Andrieu. La thérapie corporelle en eau froide : Immersion-Depression-Submersion. Laurence Munoz. Usages corporels et pratiques sportives aquatiques du XVIIIe au XXe siècle, L'harmattan, p. 255-266., 2008, Histoire du sport. <hal-00447945>

**HAL Id: hal-00447945**

**<https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-00447945>**

Submitted on 17 Jan 2010

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

- 1 2008) La thérapie corporelle en eau froide : Immersion-Depression-Submersion, dans Laurence Munoz ed., *Usages corporels et pratiques sportives aquatiques du XVIIIe au XXe siècle*, tome 2, Paris, L'harmattan, p. 255-266.

# La thérapie corporelle en eau froide : Immersion-Dépression-Submersion

Bernard ANDRIEU

Université Henri Poincaré/ Nancy 1/Faculté du Sport

ACCORPS Archives Poincaré

UMR 7117 CNRS/Nancy Université

« J'ai bien un rêve, les bains froids de la Grenouillère »

Claude MONET, Lettre au peintre Bazille - 1869

## *La clinique de l'eau*

La peur de l'eau<sup>1</sup> qui s'infiltré dans la béance de la peau au XV et XVIe siècle repose sur la porosité et la faiblesse des enveloppes corporelles. L'infection de la peste, en livrant la nudité du corps à l'air et à l'eau, pourrait faciliter l'épidémie : “ ce n'est plus le toucher pour un principe de proximité qui sont en question, mais un principe de béance ”<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Bouillou, Claude , L'eau sur la peau, *La peau. Une enveloppe de vie*, Paris, Découvertes, 2002, p. 12-29.

<sup>2</sup> Vigarello Georges, *Le propre et le sale. L'hygiène du corps depuis le Moyen-Age*, Paris, Seuil, 1985, p. 17.

Décrit comme une machine hydraulique, le corps subit l'utilisation thérapeutique de l'eau à travers un imaginaire du fonctionnement psychophysiologique ; la complexité des rapports du corps et de l'esprit repose sur le jeu d'ouverture et de fermeture des orifices cutanées : par le bain chaud ou froid l'eau est appliquée sur le corps car il faut humecter sans dessécher et délayer sans fluidifier à l'excès. J. Raulin et S.A. Tissot (1728-1797)<sup>3</sup> sont favorables chauds ou tiède en humectant des tissus secs qui causent l'apathie et l'indolence. Le bain froid, recommandée par P. Pomme et les hygiénistes, est le moyen de fortifier les fibres et de renforcer les canaux en augmentant la vitesse de circulations des fluides.

En 1697 en Angleterre et en 1776 à Dieppe, les premiers établissements de bain d'eau de mer instaure l'interaction du corps avec l'élément marin. En 1776, se crée à Dieppe une "maison de santé", où l'on pratique les bains de mer. Mais il faut attendre les années 1810-1830 pour que le tourisme balnéaire s'impose réellement en France. Sous la Monarchie de Juillet, de nombreuses stations viennent concurrencer Dieppe, notamment Granville, Fécamp, Trouville ou Etretat. Les plages les plus courues à la fin du Second Empire restent celles de la Manche, entre Boulogne et Cherbourg. Grâce au train, il faut environ 4h45 pour se rendre de Paris à Dieppe, Etretat, Deauville ou Le Havre mais encore 16h54mn pour Biarritz et 24h pour Nice (Labbée, *De Paris au Havre*, 1876). On commence à apprécier d'autres plages sur le littoral de l'Atlantique, mais à part

---

<sup>3</sup> Raulin Jean, *Traité des affections vaporeuses du sexe, avec l'exposition de leurs symptômes, de leurs différentes causes et la méthode de les guérir*, Paris, Hérisant. S.A. Tissot, 1778, *Traité des nerfs et de leurs maladies*, Paris, Didot, 1759.

Arcachon et Biarritz , elles ne sont encore fréquentées que par les baigneurs des environs. Certaines connaîtront leur heure de gloire ultérieurement. Biarritz devient ainsi de 1870 à 1914 la première station de l'Atlantique à la Manche.

Une histoire du contact du corps avec l'élément marin ne se contente pas de faire flotter le corps mais le corps " s'imprègne "4. L'eau est un diluant, un détersif, un rafraîchissant dont les vertus sont apéritives, diurétiques et diaphorétiques. Ce que le bain introduit de nouveau c'est une médecine et une conscience du patient qui opère simultanément. Car le contact du corps a avec la médecine thermique marine, ménage " simultanément la sensation que le sujet a de son propre corps et le diagnostic qu'il livre de sa réaction "5. Cette " vacance de la conscience du baigneur rendu attentif à ses réactions organiques "6, prépare le souci du corps comme mode de prise de soin de soi-même par l'écoute sensorielle.

#### *La réaction tonique du bain froid*

La réaction tonique repose sur une conception où prendre un bain, dès le 1512 à Bade, produit « une éruption miliaire cutanée qui devait, croyait-on, indiquer l'expulsion des humeurs morbifiques »7. La différence traditionnelle entre les colériques, mélancoliques, flematiques et sanguins repose sur des procédures empiriques : le

---

<sup>4</sup> Rauch André, S'immerger, se baigner, flotter, *Vacances et pratiques corporelles. La naissance des morales du dépaysement*, Paris, P.U.F, 1988, p. 13-62, ici, p. 13.

<sup>5</sup> *Op. cit.*, p. 17.

<sup>6</sup> *Op. cit.*, p. 20.

<sup>7</sup> Mercier, Henry, 1922, *Les amusements des bains de Bade*, Lausanne ed. L'âge d'Homme, 1989, p. 25. cf Dr Sitz, 1516, *Menschlichs lebens art und ursprung*

flegmatique chargé d'humidité froide doit avoir une immersion plus longue que le colérique.

La théorie<sup>8</sup> des " quatre humeurs " a été élaborée par Hippocrate. Celle-ci partait du principe que quatre fluides différents, le sang, la lymphe, la bile jaune, la bile noire pouvaient circuler dans l'organisme et que, en fonction de la prédominance de l'un ou de l'autre, certaines caractéristiques mentales ou anatomiques pouvaient prédominer. Ainsi identifiait-on le comportement colérique (chaud et sec), le mélancolique (froid et sec), le sanguin (chaud et humide) et le flegmatique (froid et humide). Y correspondaient en outre des caractéristiques anatomiques (endomorphe, ectomorphe, etc...), des couleurs de peau et de cheveu et des traits d'humeur prédominants (bileux, flegmatique, sanguin, etc...).

Alain Corbin<sup>9</sup> a décrit combien l'immersion brutale prescrite par les médecins en 1846, Gaston Bachelard le rappelle à propos de l'eau violente dans *L'eau et les rêves*, devait conjuguer la froideur, la salinité et la turbulence. La technique des endurcissements exerce une action sur le diaphragme en coupant la respiration. En 1828 la conception de ralentisseur de l'économie est retenue par Louis Léon Rostan (1791-1866) qui définit le bain froid comme ce qui « fortifie la constitution en redoublant l'énergie des organes »<sup>10</sup> Interne de

---

<sup>8</sup> Jouana, Jacques, 2005, La théorie des quatre humeurs et des quatre tempéraments dans la tradition latine (Vindicien, Pseudo-Soranos) et une source grecque retrouvée, *Revue des études grecques*, vol. 118, n° JANJUI, pp. 138-167

<sup>9</sup> Corbin, Alain, Le bain, la plage et les pratiques de soi ou le plaisir ambigu de la suffocation, *Le territoire du vide. L'occident et le désir du rivage 1750-1840*, Champ Flammarion, 1988, p. 88-92.

<sup>10</sup> Rostan Louis Léon, *Cours élémentaire d'hygiène*, Paris, 1828, 1<sup>er</sup> t. I, p. 513. Cité par G. Vigarello, dans *Hygiène du corps et travail des apparences, Histoire du corps*, T. 2, 2005, Paris, Seuil, p. 300

Philippe Pinel, Léon Rostan est reçu docteur à Paris le 18 mai 1812, avec une thèse sur le charlatanisme. C'est dans le service de son illustre maître qu'il trouve matière à son principal ouvrage, "*Recherches sur le ramollissement du cerveau*" : « Le bain chaud augmentant la circulation générale, et par suite celle du cerveau, devrait être défendu. Nous en dirons autant du bain froid, dont l'effet est de refouler le sang de la périphérie vers le centre, et de le porter vers la tête, avec d'autant plus de facilité que celle-ci, ne plongeant pas dans l'eau, conserve une température au dessus de celle du reste du corps »(p. 440)Le docteur A. Cottard en 1886 dans ses Conseils aux baigneurs décrit l'action de l'eau dans *La plage normande*

*illustrée :*

« En résumé, l'immersion dans l'eau froide provoque le développement des phénomènes suivants:

1° La **respiration**, difficile dans la période de concentration, redevient facile dans la période de réaction;

2° La **circulation**, ralentie dans la période de concentration, s'accélère dans la période de réaction;

3° La **température**, certainement abaissée dans les parties superficielles et peut-être aussi dans les parties profondes, s'élève peu à peu dans la période de réaction et arrive même à dépasser d'un degré la température observée avant le bain.

4° Ajoutons que, dans le bain froid, la peau absorbe une plus ou moins grande quantité de liquide (de 20 à 40 grammes).

Tels sont les phénomènes qui se manifestent pendant les deux périodes de concentration et de réaction. La première peut être aisément reproduite; la seconde le sera avec d'autant de difficulté que l'immersion aura eu lieu plus souvent dans un court espace de temps, que l'eau sera plus froide, le sujet moins vigoureux, et que les mouvements pendant et après le bain seront moins actifs »<sup>11</sup>.

Le thème moral est aussi présent dans *Le journal des enfants* qui attribue au bain froid un rôle édificateur et rigoureux<sup>12</sup>. Le bain froid est aussi recommandé pour soigner de la fièvre typhoïde<sup>13</sup>

#### *Dépression et cure d'eau*

L'Autrichien Vinzenz Priessnitz (1799-1851)<sup>14</sup>, fils d'agriculteur, se soigne d'un funeste coup de sabot reçu à la poitrine avec des compresses d'eau froide. Stimulé par l'intérêt que sa guérison provoque dans les environs, il transforme la ferme familiale en un centre d'hébergement et de soins à Gräfenberg en Silésie autrichienne. Il publie dès 1835 son modèle de cure fait à la fois d'ingestion d'eau froide et d'immersion dans des bains froids : « Son système se fonde désormais sur la combinaison de quatre facteurs – la transpiration forcée, l'application d'eau froide, l'exercice physique et le régime alimentaire- censés seconder le travail curateur de la nature en

---

<sup>11</sup> Cottard, A., Conseils aux baigneurs. Action des bains de mer, *La plage normande illustrée*, 1886, 3eme année, 27 juin

<sup>12</sup> de Coucy François, La partie de natation, *Le Journal des enfants*, Paris, 1842, p. 55, cf Vigarello, 2005, *op. cit.*, p. 301.

<sup>13</sup> Libermann, H. *De la valeur des bains froids dans le traitement de la fièvre typhoïde de leurs indications et contre-indications*. Paris, G. Masson, 1874. 56 pp

provoquant des crises, en fluidifiant les humeurs et en favorisant l'évacuation des matières morbides. Réveillé à quatre heures du matin, le curiste est d'abord enveloppé dans une couverture épaisse. Après cinq ou six heures de transpiration, il s'assied sur une chaise au milieu d'un baquet et reçoit des applications d'eau froide (d'une température d'environ 30° tout d'abord, puis décroissante jusqu'à 10 voire 5°) à l'aide de compresses imbibées ou par aspersion »<sup>15</sup>. Cette technique des compresses de Priessnitz exerce à la fois une compression et une contraction par la différence thermique mais le vécu corporel des patients, dans son institution hydrothérapeutique ouverte en 1826, s'effectue selon des prescriptions adaptées<sup>16</sup>. La rigueur et la vigueur se trouvent associés dans cette vie rude de paysan où il s'agit de « réagir contre l'amollissement en fuyant temporairement les mœurs de la cour ou la sophistication de la vie urbaine et revigorer ses énergies vitales en exposant son organisme à la violence des éléments naturels »<sup>17</sup>

L'abbé Sébastien Kneipp<sup>18</sup> (1824-1897) qui se serait guéri lui-même de la tuberculose, s'inspire de l'ouvrage de Johann Sigmund Hahn (1696-1773), dans son édition de 1833, *Lectures on the Wonderful Healing Power of Fresh Water*. A partir de 1849 il se

---

<sup>14</sup> Priessnitz Vincent, 1835, *The Cold Water Cure, Its Principles, Theory and Practice*. London, W. Strange. 1843 *The Cold Water Cure*. By Vincent Priessnitz of Graefenberg, in Silesia.. *Principles, theory and practice*. Photo of Priessnitz, with a short history. 51 pages

<sup>15</sup> A. Bauberot, 2004, l'Hydrothérapie de Priessnitz et sa propagation, *Histoire du naturisme. Le mythe du retour à la nature*, P.U. Rennes, p. 44.

<sup>16</sup> Friedhelm Kirckfeld, Wad Boyle, 1994, Foundations of nature Cure Vincent Priessnitz (1799-1852), *Nature Doctors, Pioneers in Naturopathic Medicine*, Portland, Ed. Medicina Biologica, p. 13-30.

<sup>17</sup> A. Bauberot, *op.cit.*, p. 48.

<sup>18</sup> A. Bauberot, 2004, La réception de la méthode Kneipp en France, *Histoire du naturisme. Le mythe du retour à la nature*, chap.IV, p. 83-110.



traite lui-même par l'eau froide selon les principes définis par J.S. Hahn. L'eau comme les herbes doivent dissoudre la matière morbide de l'intérieur du corps, les évacuer et rendre l'organisme plus fort : à son avis, les quatre pierres d'assise d'une bonne santé sont les plantes (médicinales et aromatiques), l'exercice, la nutrition et l'eau (froide), dont les différentes utilisations améliorent les pouvoirs d'autoguérison du corps. La conjonction des effets sanitaires de l'eau froide et des herbes reflètent « l'harmonie universelle selon le dessein de Dieu dans la création »<sup>19</sup>. Kneipp utilise « enveloppes, compresses, paquets, bains et cuisson à la vapeur, mais sa contribution principale à l'hydrothérapie était sa découverte de la puissance curative du jet froid ou verse »<sup>20</sup>

En 4 mois il soigne William, un enfant malade des yeux, chétif, émacié et dépressif : « Le petit a dû prendre 2 bains chauds par semaine. 4 fois hebdomadaires j'ai fait plonger une chemise en eau salée froide et l'ai mis dessus. Il est resté sur lui 1 heure et demi. D'ailleurs j'ai laissé le pied nu de promenade de garçon dans l'herbe humide ou quand il pleuvait. Après les 4 premières semaines, William a pris 3 à 4 bains de 15 degrés chaque semaine ; les bains étaient de seulement d'une durée de 10 minutes et ont été toujours suivis d'exercice. Ils ont été continué pendant plusieurs semaines. Le garçon également s'est lavé les yeux deux fois par jour avec l'eau salée »<sup>21</sup>.

---

<sup>19</sup> Friedhelm Kirckfeld, Wad Boyle, 1994, *The World's Most Famous Nature Doctor, Sebastien Kneipp (1824-1897), Nature Doctors, Pioneers in Naturopathic Medicine*, Portland, Ed. Medicina Biologica, p.73-99; ici p. 80.

<sup>20</sup> *Op.cit.*, p. 81.

<sup>21</sup> Kneipp Sébastien, 1886, *Ma cure d'eau ou Hygiène et médication pour la guérison des maladies et la conservation de la santé*, Strasbourg, Paris, Le Roux Retaux-Bray, 1890.

Dans *Ma cure d'eau pour la guérison des maladies et la conservation de la santé*, Sébastien Kneipp écrivait en 1886 déjà l'hydrothérapie et l'enveloppement pour le soin de la mélancolie : « Le malade excessivement mélancolique vient se soumettre à la cure suivante : affusion supérieure, affusions dorsale, promenade dans l'eau, manteau espagnol »<sup>22</sup>. Trois principes président au traitement de la mélancolie : éliminer les éléments morbides, fortifier l'abdomen et remettre l'organisme en activité.

La modification du régime de vie, la confrontation à la rigueur froide de l'eau et de la pluie sont autant d'éléments susceptibles de restaurer la sensation du schéma corporel et la constitution de l'image du corps. La sensation tactile obtenue est une sorte de réveil organique et une activation de la vitalité naturelle du corps. En retrouvant le rythme biologique, le corps parviendrait par ces thérapies régulatrices à se relaxer en rétablissant un équilibre entre les différents pôles mental, émotionnel, physique et social dans une relation écologique à l'environnement. L'hydropathie de Priessnitz est importée en 1842 en Angleterre<sup>23</sup> dans la ville de Malvern dans le Worcestershire par les médecins Dr James Manbu Gully (1808–1883) Dr James Wilson (1807-1867), et Dr Ralph Barnes Grindrod (1811-1883), Gully signant un livre introductif en 1848 sous le titre *The Water Cure in Chronic Disease*.

---

<sup>22</sup> Kneipp Sébastien., *Ma cure d'eau pour la guérison des maladies et la conservation de la santé*, ed 1880, Strasbourg, p. 421.

<sup>23</sup> Porter Roy, Public Medicine, *The Greatest Benefit to Mankind. A Medical History of Humanity from Antiquity to the Present*, HarperCollins Publishers, 1997, p. 392.

En France, comme l'a montré Arnaud Bauberot<sup>24</sup>, l'hydrothérapie recommande l'eau froide dès la thèse de médecine de 1804 rédigée par B. Clémenceau *Propositions générales sur les propriétés et l'usage de l'eau*. J.F. Jammes présente la sienne en 1818 sur *l'Essai sur l'action et l'emploi thérapeutique des bains froids* à Montpellier. En 1837 Louis Fleury est le premier à consacrer un article à « l'hydrosudopathie, ou système thérapeutique basé sur l'action combinée de l'eau froide et de l'excitation de la perspiration cutanée », la méthode de Priessnitz dans les *Archives générales de médecine*.

En 1874 l'immersion est recommandée par les Docteurs Constans, Lumier et Dumesnet dans leur *Rapport général sur le service des aliénés* : si le bain d'étude affaiblit l'organisme, le bain à moins de 14° est considéré comme dangereux, même si entre cette température et 20° il est bienfaiteur pour les névroses convulsives et les folies maniaques, l'effet sédatif ne pourra être atteint qu'entre 25° et 32° degrés. L'hydrothérapie thérapeutique utilise la réaction au froid par le bain, l'enveloppement dans le drap mouillé, la compression sur la tête pour produire un choc thermique salvateur ; la douche par percussion en jet de 8 à 10 secondes durant 2 à 3 minutes produit révulsion et réaction. Ce réveil des sensations corporelles est considéré comme le moyen de ramener le patient absorbé par son imaginaire dans la réalité d'un vécu matériel. La technique du clinicien consiste « à percevoir par le toucher le corps du patient et de

---

<sup>24</sup>A. Bauberot, *op. cit* p ; 63-80.

ne pas écouter les effets que cela provoque »<sup>25</sup> : car le vécu corporel et sexuel du patient doit s'appuyer sur des sensations supportable par le massage en étant attentif à ce qui est perceptible au niveau des sensations toniques du patient.

### *L'immersion psychiatrique*

Si la peur d'ouvrir les pores de la peau n'existe plus, comme au XVIIIe siècle<sup>26</sup>, la stimulation dermique repose sur le paradigme sanguin de la circulation et de la qualité : « En raison de leur nature, toutes les maladies prennent naissance dans les perturbations du sang, causées soit par une circulation irrégulière et défectueuse, soit par la présence des éléments étrangers et borfibiques »<sup>27</sup>

Le comte Guillaume de Broutet (1739-1817), recteur des Pénitents Noirs de la Miséricorde d'Avignon sous l'Ancien Régime et à ce titre, administrateur de l'hospice des insensés de la ville recommande une amélioration des bains tièdes aux bains froids même s'il reconnaît l'efficacité d'un robinet d'eau froide sur la tête des insensés : « *il est rare, qu'on y fasse prendre des bains froids: une longue experience à prouvé, qu'il valoit mieux donner les bains tiedes, mais avec un robinet d'eau froide, qui coule sur la tete des insensés* »<sup>28</sup>

---

<sup>25</sup> *Op. cit.*, p. 56.

<sup>26</sup> Cf G. Vigarello,

<sup>27</sup> Kneipp., *Ma cure d'eau pour la guérison des maladies et la conservation de la santé*, ed 1880, Strasbourg, p. 14.

<sup>28</sup> "Exposé à la convention nationale, d'une nouvelle methode, pour guerir les insensés, au moyen de remedes moraux, employés avec succès, par le citoyen Broutet, pendant son administration de l'hospital

Dans l'extrait du compte moral de l'année 1829 de l'hospice civil d'Angers, le traitement des aliénés repose sur le bain et la douche : « Le traitement des aliénés des deux sexes admis, chaque année, à l'hospice civil, consiste, surtout dans le principe, dans des évacuations sanguines, des bains assez ordinairement chauds (sic), des douches froides ou chaudes et quelques médicaments qu'indiquent les symptômes qui compliquent souvent les différentes espèces d'aliénations mentales. D'ailleurs, ils sont traités avec toute la douceur que leur état peut permettre, et on ne saurait trop se louer des soins pressés que leur prodigent les Soeurs hospitalières auxquelles est confié cet emploi qui n'est pas sans danger »<sup>29</sup>.

En 1845 dans son *Traité des maladies mentales, pathologiques et thérapeutiques*, W. Griesinger, dans les pages consacrées au traitement physique, critique<sup>30</sup> l'usage de l'hydrothérapie mis en œuvre par Philippe Pinel et Brière de Boissart car cela provoque une paralysie par l'effet glacial de l'eau froide. Pour lui « nous devons toujours voir avant tout dans les maladies mentales une affection du cerveau » et il ne sert à rien d'intervenir sur le corps ni par l'hydrothérapie, ni par le massage. Agir sur le corps pour susciter une réaction tonique, suppose un postulat de dynamisme nerveux plutôt qu'une étiologie cérébrale de la maladie mentale.

---

*des insensés d'avignon. Exposé, à la convention nationale d'une nouvelle méthode, pour guérir les insensés, en établissant des remèdes moraux, 1794*

<sup>29</sup> Appert, Brichet, Bourcier et Dainville, La Commission Administrative des hospices d'Angers A Monsieur Joubert Bonnaire, Maire de la Ville d'Angers, Angers, le 26 août 1831

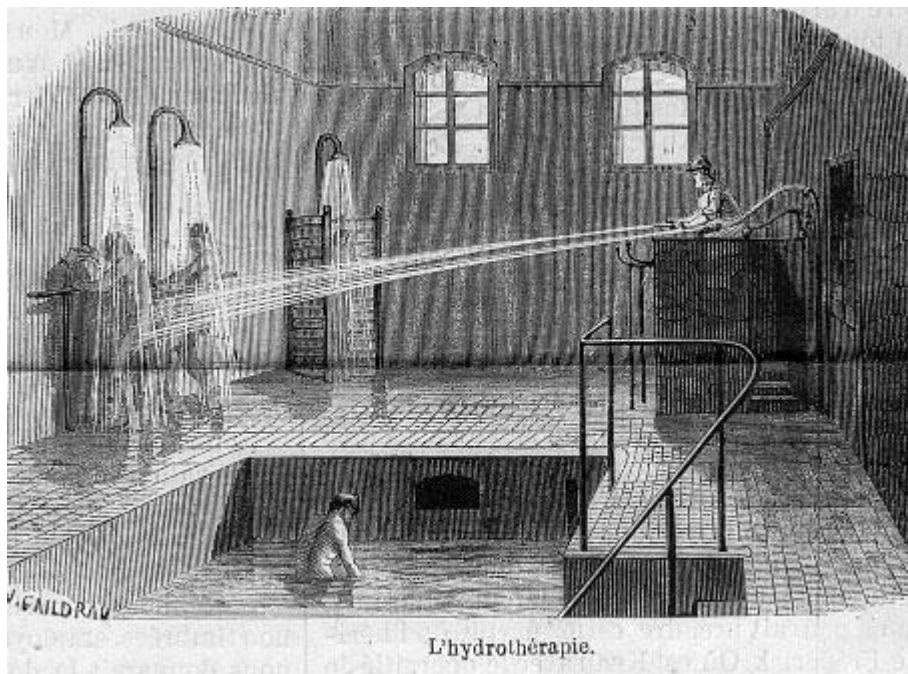
<sup>30</sup> W. Griesinger, 1845, *Traité des maladies mentales pathologiques et thérapeutiques*, Paris, Adrien Delahaye, 1865, note 1 p. 541.

Dès 1874 l'immersion est recommandée par les Docteurs Constans, Lumier et Dumesnet dans leur *Rapport général sur le service des aliénés* : si le bain d'étude affaiblit l'organisme, le bain à moins de 14° est considéré comme dangereux, même si entre cette température et 20° il est bienfaiteur pour les névroses convulsives et les folies maniques, l'effet sédatif ne pourra être atteint qu'en 25° et 32° degrés. L'hydrothérapie thérapeutique utilise la réaction au froid par le bain, l'enveloppement dans le drap mouillé, la compression sur la tête pour produire un choc thermique salvateur ; la douche par percussion en jet de 8 à 10 secondes durant 2 à 3 minutes produit révulsion et réaction. Ce réveil des sensations corporelles est considéré comme le moyen de ramener le patient absorbé par son imaginaire dans la réalité d'un vécu matériel. La technique du clinicien consiste « à percevoir par le toucher le corps du patient et de ne pas écouter les effets que cela provoque » : car le vécu corporel et sexuel du patient doit s'appuyer sur des sensations supportable par le massage en étant attentif à ce qui est perceptible au niveau des sensations toniques du patient.

Le règlement pour le service intérieur de l'Asile Sainte-Anne promulgué le 6 juin 1868 par Haussmann sera aussi adopté par les deux asiles "extérieurs" de la Seine, Vaucluse et Ville-Evrard. Dans l'extrait, auquel sont adjointes les additions, de celui de Saint Anne de 1868, le fonctionnement des bains et douches est codifié signifiant l'abson progressif de l'eau froide: « Les douches et les bains, sont prescrites par le médecin et exécutées par les élèves-internes, ou par lui-même."Par suite d'une disposition très ingénieuse, l'aliéné, en

s'asseyant sur ce siège mettait en mouvement une sonnerie électrique et le gardien prévenu enlevait le vase de l'extérieur. Ce système ne fonctionne plus, par suite du mauvais vouloir des gardiens à accomplir cette besogne." (F. Narjoux 1883) Les douches froides ne sont déjà plus qu'exceptionnellement utilisées comme moyen sédatif. Par contre, les bains tempérés prolongés (de une à six heures) sont administrés aux agités, dans des baignoires spéciales: un système nouveau remplace les couvercles rigides en bois ou en métal, à l'origine d'accidents: les malades sont maintenus par une toile forte (coutil) qui se fixe avec boutons et courroies sur les côtés de la baignoire.

Les bains peuvent être associés à une irrigation sur la tête, qui seule émerge. Les douches en pluie sont faites par le médecin dans la piscine; une "gymnastique de chambre", scellée dans le mur d'un large couloir, "permet aux malades qui viennent d'être trempés dans la piscine, ou qui ont subi la douche froide, de faire "leur réaction".



L'insuffisance du système de bains à Sainte-Anne, comme celle du système d'isolement, sera constamment dénoncée par les médecins chefs dans leurs rapports annuels: "Plus l'Administration voudra mettre à notre disposition de baignoires et de cellules, plus elle contribuera à l'amélioration, à la guérison de nos malades (...). Les bains sont notre principal moyen de traitement." (Dubuisson, 1889). En 1891, Bouchereau note que "chaque jour, on distribue 46 bains dans la forme suivante: 5 de 6 heures, 5 de 4 heures, 10 de 2 heures et 16 de 1 heure" »<sup>31</sup>.

En 1892 Charle Fere reconnaît dans son ouvrage *La pathologie des émotions. Etudes physiologiques et cliniques*, « les succès rapides

---

<sup>31</sup> Organisation générale de l'Asile Saint Anne. Règlement intérieur et vie quotidienne, p. 109.



obtenus dans le traitement des impotences fonctionnelles par le massage, par l'hydrothérapie, par la suggestion sous toutes ses formes, peuvent être citées à l'appui des heuerux effets thérapeutiques des émotions »<sup>32</sup>

### *La douche thérapeutique*

Entre 1815 et 1850 la médicalisation de la culture spa, comme à Vichy par exemple, participe de la formation de l'identité bourgeoise. En effet les rythmes et les types des examens médicaux dans les spa inaugurent un rapport tactile à soi : la douche de spa est une forme d'hydrothérapie qui combine les propriétés de l'eau minérale et de la douche ; la douche massage était hautement médicalisée avec deux techniciens diplômés et entraînés au niveau départemental qui avaient reçu une formation en anatomie, physiologie et pathologie ; leur tâche reposait non plus sur un toucher scientifique mais se caractérisait par un « toucher qui était « *forceful* » ou « *delicate* »<sup>33</sup> selon la prescription du patient.

Car la douche est vécue comme une expérience déplaisante sur le moment et après provoquant dans le vécu corporel la sensation d'avoir été mâché et vigoureusement battu par le rythme et l'intensité du jet d'eau. La température et la force de l'eau sortant de la douche implique des réactions thérapeutiques qui vont de la suffocation par la pression, la compression par le caractère invasif de l'eau dans tous les

---

<sup>32</sup> Feré Ch., 1892, *La pathologie des émotions. Etudes physiologiques et cliniques*, Paris, Alcan, p. 301.

<sup>33</sup> *Op.cit.*, p. 115.

plis du corps et la contraction musculaire via l'effet de lutte de l'eau contre la résistance de la peau. L'application rectale, caricaturée à partir de 1860 par un fluide traversant le corps jusqu'à la bouche<sup>34</sup>, indique combien le traitement peut être aussi bien dégradant et invasif que matière à révéler de nouveaux plaisirs.

Georges de Saint Clair fait succéder l'enveloppement de l'entraîné jusqu'au cou d'un drap mouillé, selon la méthode de la suée artificielle de Priessnitz, d'une douche froide à l'aide d'un arrosoir<sup>35</sup>. Les asiles ne peuvent se permettre de fonctionner sans un service de bains. Il s'agit de "bains ordinaires et médicinaux, de douches ascendantes et d'étuves sèches et humides". Mais une salle d'hydrothérapie est jugée complète lorsqu'elle comporte au moins "une piscine, une tribune, une douche mobile en lance avec jets divers, une douche verticale à clapet, en pluie et en colonne, chaude ou froide à volonté, une douche en cercle, solidement garantie par une enveloppe en bois, une douche ascendante et un bain de siège à eau courante". Leur application, leur fréquence et leur durée sont décidées par le médecin. Parfois, il recommandait des bains quotidiens de plus de dix heures !

On distinguait trois grandes formes d'hydrothérapie : l'eau pouvait avoir une action tonique, sédative ou révulsive. Elle guérissait de tout, à condition de sagement la diriger. Ainsi, on traitait la forme congestive de la folie par des douches révulsives sur le bassin et les membres inférieurs ; la forme dépressive demandait plutôt des

---

<sup>34</sup> *Op.cit.*, p. 143.

<sup>35</sup> Saint Clair G. de., 1889, *Jeux et exercices en plain air*, Paris, Arnould, 2ed., p. 193. Cité par Sylvain Villaret, 2005, *Naturisme et éducation corporelle*, Paris, Ed. l'harmattan, p. 91.

douches toniques et courtes ; les formes convulsive et expansive, quant à elles, étaient efficacement soignées par des bains froids, des enveloppements dans des draps mouillés, ainsi que des compresses froides sur la tête. Pour les autres affections visées par cette thérapeutique, citons la lypémanie, la mélancolie, la manie, les névroses, l'épilepsie, l'hypocondrie, le delirium tremens (aussi nommé folie ébrieuse), la frigidité ("soit native, soit consécutive à l'abus des plaisirs vénériens"), la nymphomanie, ou encore l'hystérie.

En 1893 Valentin J.J. Magnan (1835-1916) invente la technique du packs en utilisant l'enveloppement froid et serré pour produire un contention, une réaction tonique au froid durant ¾ heure à une heure et refroidir le corps avant de se reprendre après l'état regressif.

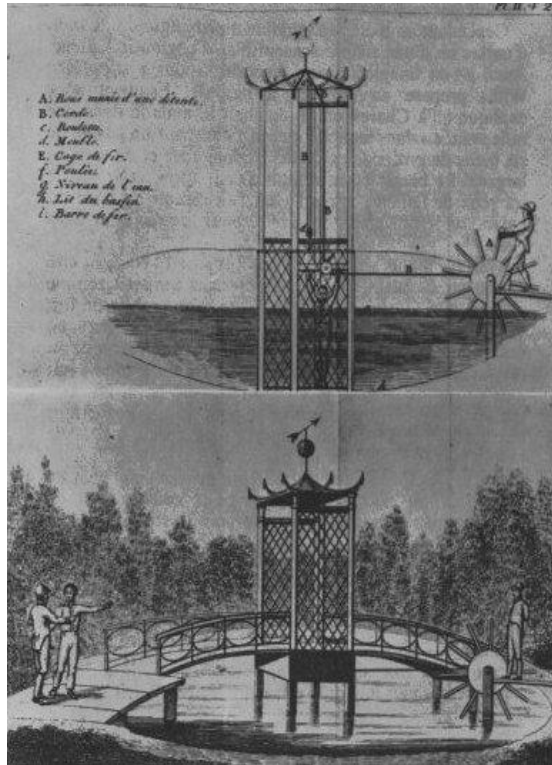
L'immersion psychotique<sup>36</sup> consiste aussi à faire de la plongée avec des patients psychotiques ayant déjà plusieurs années d'hospitalisation dans le cadre d'une clinique du Loir-et-Cher possédant un club thérapeutique.

#### *La submersion de l'aliéné*

Au XIX<sup>ème</sup> siècle, on fait la subtile distinction entre l'immersion et la submersion, selon que la tête est laissée hors de l'eau ou non. L'eau doit être froide et le bain donné par surprise, car la conjonction de ce saisissement physique et psychologique posséderait des propriétés thérapeutiques.

---

<sup>36</sup> Brosseau Henri., 2002, L'eau et les soins. Avec les malades psychotiques chroniques, *VST.*, n°73, 1.p. 39-49.



**Dispositif pour le bain de surprise**

Des précautions sont prises par crainte de la noyade du malade : on restreint la durée de submersion “au temps nécessaire pour réciter le psaume du Miserere”. Par exemple pour une femme atteinte de folie, chez qui les lavements rafraîchissants et les inévitables saignées n’avaient produit aucun effet, le médecin décida alors de la faire jeter dans la rivière toute proche, à titre thérapeutique. Des dispositifs de bain forcé transforme la thérapie en eau froide en torture, comme *la baignoire* le sera dans la question.

La submersion thermique se poursuit aujourd'hui dans un but thérapeutique<sup>37</sup>.

### *Conclusion*

Immersion, dépression et submersion sont liées dans une série thérapeutique sans laquelle l'eau froide ne pourrait faire réagir le corps. Le bain<sup>38</sup> est un mode de réveil des sens pour pallier et résorber l'anesthésie dépressive.

La vocation de la thérapie par l'eau froide n'est pas la natation mais la pratique corporelle de faire subir à la peau une pression thermique, une privation d'oxygène et une sensation de profondeur.

L'étouffement, le choc et la plongée sont des pratiques corporelles forçant l'adoption de comportements par la répétition, la durée et la différence calorique.

Son efficacité doit aussi, en dehors du système psychiatrie que ou pénitentiaire, être repensée dans le contexte d'une médecine tactile<sup>39</sup> par laquelle le sujet utilise l'eau pour se resensibiliser.

---

<sup>37</sup> Thea Pretorius, Gerald K. Bristow, Alan M. Steinman, and Gordon G. Giesbrecht, Thermal effects of whole head submersion in cold water on nonshivering humans, *J Appl Physiol*, 101: 669-675, 2006.

<sup>38</sup> Gouvion, Colette, *Les bains dans le monde, Un enchantement des sens*, ed. Aubanel, 2006.

<sup>39</sup> Andrieu, Bernard, *Le soin de toucher. Histoire des thérapies tactiles*, Paris, Belles lettres, Preface David LeBreton, 2007.

