

L'UTILISATION  
DES COUVERTURES,  
DES VESTES  
ET AUTRES OBJETS  
LESTÉS AUPRÈS DES  
ENFANTS:

# INFORMATION, MISE EN GARDE ET PRÉCAUTIONS D'USAGE



## UN DOCUMENT

QUI S'ADRESSE À TOUS LES PARENTS, INTERVENANTS  
ET PROFESSIONNELS CONCERNÉS PAR L'USAGE DE CES  
ACCESSOIRES AUPRÈS D'ENFANTS.

# AVANT-PROPOS



**Ce condensé, préparé par le CLIPP pour le compte de l'INESSS, est basé sur :**

*Couvertures et vestes lestées : sécurité, efficacité et enjeux de leur utilisation dans différents cadres d'intervention.*  
Agence d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé (AETMIS). Rapport préparé par Sylvie Beauchamp. AETMIS 2010;6(5): 1-53.

**Pour citer ce document :**

L'utilisation des couvertures, des vestes et autres objets lestés auprès des enfants : information, mise en garde et précautions d'usage.  
Montréal, Québec : Centre de liaison sur l'intervention et la prévention psychosociales (CLIPP), Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) ; 2011. 7 pages.

## EN 2008,

un jeune enfant autiste est décédé à la suite d'une utilisation inadéquate d'une couverture lestée alors qu'il fréquentait l'école. Ce décès a déclenché une enquête du coroner dont les résultats ont permis à la fois d'identifier les dangers potentiels de ces couvertures et de préciser des règles de base à respecter pour un usage sécuritaire. À la demande du coroner, le ministère de la Santé et des Services sociaux a sollicité l'Agence d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé (AETMIS)<sup>1</sup> pour qu'elle effectue une synthèse des connaissances<sup>2</sup> sur la sécurité et l'efficacité des couvertures lestées, et ce, pour l'ensemble des clientèles potentielles. L'évaluation a été étendue aux vestes lestées, puisqu'elles sont aussi largement utilisées au Québec.

Divers partenaires de l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) se sont concertés pour ce projet. Trois principaux ministères et deux ordres professionnels, particulièrement concernés par le recours aux couvertures et aux vestes lestées, se sont investis. Ces partenaires, principalement actifs dans la protection des usagers, sont les suivants : le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS), le ministère de la Famille et des Aînés (MFA) ainsi que l'Ordre des ergothérapeutes du Québec (OEQ) et l'Ordre des psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec (OPPQ). Au cœur des préoccupations de tous se situent les enfants.

Ce condensé s'adresse à tous les parents, intervenants et professionnels concernés par l'usage de ces accessoires auprès d'enfants.

- 1 Devenue l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) le 19 janvier 2011.
- 2 Une recherche documentaire dans différentes bases de données du secteur de la santé et des domaines de l'éducation, de l'ergothérapie, de la psychologie, de la sociologie et du travail social a été effectuée. Près de 75 références ont été retenues pour la rédaction du rapport.

## COUVERTURES ET VESTES LESTÉES : DE QUOI PARLE-T-ON ?

Parfois qualifiées de proprioceptives, les couvertures et les vestes lestées font partie d'un vaste éventail d'outils utilisés dans le but de calmer des personnes ou d'accroître leur niveau d'attention à la tâche. Il est important de souligner que plusieurs autres objets, d'apparence banale, peuvent également être lestés et utilisés à des fins similaires. Il est donc possible de trouver des animaux en peluche lestés, comme des lézards et des serpents, ou encore des ceintures et des bracelets. Tous ces objets sont en vente libre et aucune norme spécifique de fabrication ne les encadre. Ils peuvent aussi être fabriqués de façon artisanale. Leur utilisation n'est pas un acte réservé à des professionnels, mais elle n'est pas anodine pour autant. Les lignes qui suivent se limitent aux couvertures et aux vestes lestées, puisqu'elles ont fait l'objet d'une évaluation scientifique, mais le contenu pourrait, dans certaines circonstances, être extrapolé aux autres objets lestés, suivant le contexte dans lequel s'inscrit leur utilisation.

## AUPRÈS DE QUI ET DANS QUELS BUTS LES COUVERTURES ET LES VESTES LESTÉES SONT-ELLES UTILISÉES ?

Les couvertures et les vestes lestées sont surtout employées auprès d'enfants ayant un trouble envahissant du développement, une déficience physique ou intellectuelle, des troubles d'apprentissage, des troubles de l'attention avec hyperactivité ou des troubles de communication. On y a recours dans divers milieux comme le domicile, les services de garde, les écoles ou les établissements de santé et de services sociaux.

En principe, ces outils devraient être utilisés dans un but thérapeutique par des ergothérapeutes en approche d'intégration sensorielle – ou pour des applications dérivées – sur certains enfants ayant des troubles d'adaptation aux stimuli de l'environnement. Cette approche part du principe que les difficultés perceptuelles, sensorielles et motrices seraient en partie dues à une mauvaise intégration des informations sensorielles et à l'incapacité de la personne de s'adapter aux sensations de son environnement. L'approche d'intégration sensorielle viendrait aider le système nerveux à mieux analyser et évaluer les informations sensorielles qu'il perçoit pour que la personne puisse émettre une réponse adaptée à son environnement.

**IL EST POSSIBLE  
DE TROUVER  
DES ANIMAUX EN  
PELUCHE LESTÉS,  
COMME DES  
LÉZARDS ET DES  
SERPENTS, OU  
ENCORE DES  
CEINTURES ET  
DES BRACELETS.**



# UNE ÉVALUATION PRÉALABLE DE L'ÉTAT DE SANTÉ DES PORTEURS POTENTIELS DOIT ÊTRE FAITE PAR UN PROFESSIONNEL DE LA SANTÉ QUALIFIÉ.

## SÉCURITÉ ET EFFICACITÉ EN QUESTION

L'efficacité de l'intégration sensorielle et de ses applications dérivées demeure une question controversée dans la littérature scientifique à cause de la faible qualité des études et de l'incohérence de leurs résultats. C'est pourquoi les guides de pratique n'en recommandent pas l'emploi et suggèrent plutôt d'autres modes d'intervention dont l'efficacité est prouvée scientifiquement.

Il en va de même quant à la sécurité et à l'efficacité des couvertures et des vestes lestées.

**Les études ne permettent pas de conclure que l'utilisation de ces outils est sécuritaire ou bienfaitante.**

Par ailleurs, le poids relatif des couvertures ou des vestes lestées, généralement fixé entre 5 à 10 % de celui du porteur, doit être mis en question. Ce ratio est estimé en extrapolant des consignes établies par l'*American Pediatric Association* (Association américaine des pédiatres) pour le poids maximal des sacs à dos des écoliers. Cette extrapolation aux couvertures et aux vestes lestées est, dans ces circonstances, douteuse et n'est pas démontrée scientifiquement eu égard à la durée du port des couvertures et des vestes, à la répartition du poids et à l'état de santé. L'évaluation d'un intervenant de la santé dûment formé est alors nécessaire pour déterminer le poids que l'enfant peut porter et la durée recommandée.

## CONTRE-INDICATIONS

Quel que soit l'objectif de leur usage sur le corps d'une personne, certaines contre-indications doivent être considérées scrupuleusement. **Les couvertures et les vestes lestées ne doivent jamais être portées par une personne qui présente l'une des contre-indications suivantes : problèmes respiratoires, circulatoires ou cardiaques, épilepsie, hypotonie importante, problèmes cutanés.** C'est pourquoi une évaluation préalable de l'état de santé des porteurs potentiels doit être faite par un professionnel de la santé qualifié.

## LA SÉCURITÉ DES ENFANTS SELON LA CORONER

Les couvertures et les vestes lestées sont souvent qualifiées de potentiellement thérapeutiques par les fabricants et les détaillants. Leur publicité peut donc laisser croire que l'efficacité des couvertures et des vestes lestées est démontrée scientifiquement et qu'elles sont tout à fait sécuritaires, alors que ce n'est pas le cas. Il est donc nécessaire d'informer les parents et les intervenants des mesures à prendre pour en faire un usage sécuritaire.

C'est pourquoi la coroner Catherine Rudel-Tessier (2008) a exhorté les fournisseurs à modifier leur publicité pour aviser les clients potentiels des règles de sécurité à prendre. De plus, elle a émis les recommandations suivantes :

*Que les parents qui utilisent ces couvertures à domicile soient bien informés des dangers de suffocation que celles-ci représentent. [...] Je crois en effet que certaines règles de base doivent être respectées par ceux qui veulent utiliser cette approche sensorielle, notamment :*

- *Il faut obtenir d'un professionnel de la santé l'assurance que la couverture n'est pas contre-indiquée pour l'enfant.*
- *Il faut que le poids de la couverture utilisée soit en rapport avec la constitution physique de l'enfant.*
- *Il ne faut jamais que la tête de l'enfant soit ou puisse être recouverte par la couverture.*
- *Il faut s'assurer que ses signes vitaux puissent toujours être observés.*
- *Il ne faut jamais qu'un enfant soit roulé dans une couverture, à moins qu'un thérapeute soit constamment à ses côtés.*
- *Il ne faut jamais laisser un enfant sans surveillance.*
- *Il faut que l'enfant puisse sortir de la couverture facilement, s'il le désire (ce n'est pas une contention).*
- *L'enfant doit exprimer un accord, même s'il est non verbal.*





## LES ACCESSOIRES LESTÉS, LA CONTENTION, LE CHÂTIMENT CORPOREL ET LA LOI

L'UTILISATION  
DE TOUT OBJET  
LESTÉ, PARTI-  
CULIÈREMENT  
CELLE DES  
COUVERTURES  
ET DES VESTES  
LESTÉES, NE  
DOIT JAMAIS  
ÊTRE ASSOCIÉE  
À DES MESURES  
DE CONTENTION.

L'utilisation de tout objet lesté, particulièrement celle des couvertures et des vestes lestées, **ne doit jamais être associée à des mesures de contention.**

Au Québec, le recours à une mesure de contention est réglementé. Une loi réserve la décision d'utiliser une mesure de contention à certains membres d'ordres professionnels et une autre loi encadre l'utilisation de telles mesures dans les **établissements régis par le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS)**<sup>3</sup>. Quant au châtiment corporel sur des enfants, il est interdit au Québec. De plus, l'article 43 du *Code criminel du Canada* mentionne que le recours à des objets pour punir un enfant est considéré comme déraisonnable. Par conséquent, l'utilisation des couvertures ou des vestes lestées comme moyen de punition peut être un comportement jugé déraisonnable selon le *Code criminel du Canada*.

Sur cette base, le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport (MELS) préconise l'adoption par les **écoles** de mesures éducatives aptes à assurer une intervention adéquate auprès des élèves en situation de crise, et les mesures de contention ne doivent être utilisées que dans une perspective de protection. Leur utilisation s'inspire des règles en vigueur dans le réseau de la santé et des services sociaux.

Le ministère de la Famille et des Aînés (MFA) encadre aussi les **services de garde** en ce qui concerne le recours à une couverture ou à une veste lestée (ou tout autre objet lesté). Cette méthode d'intervention n'est pas privilégiée. Leur utilisation sécuritaire devrait se faire dans un cadre bien défini et restreint, soutenu par un ensemble de conditions, comme un plan d'intervention établi pour l'enfant comptant des objectifs précis - dont l'atteinte est régulièrement évaluée - et prenant en compte l'état de santé de l'enfant et toute contre-indication, le consentement parental et celui de l'enfant. Pour le MSSS, le MELS et le MFA, les recommandations de la coroner Catherine Rudel-Tessier (2008) doivent être strictement respectées.

---

**3** Depuis l'entrée en vigueur de la Loi modifiant le Code des professions et d'autres dispositions législatives dans le domaine de la santé, la décision d'utiliser une mesure de contention est réservée aux ergothérapeutes, aux infirmières, aux médecins et aux physiothérapeutes, et ce, sans égard au lieu où doit être prise une telle décision. La Loi modifiant le Code des professions et d'autres dispositions législatives dans le domaine de la santé mentale et des relations humaines réserve également cette activité aux psychologues, aux psychoéducateurs et aux travailleurs sociaux. Pour ces trois professionnels, l'activité réservée ne s'applique toutefois qu'aux établissements assujettis à la Loi sur les services de santé et les services sociaux et à la Loi sur les services de santé et les services sociaux pour les autochtones cris. Bien que cette loi ait été adoptée en juin 2009, elle n'était toujours pas en vigueur au moment de produire ce document. Par ailleurs, la contention est aussi réglementée par la Loi sur les services de santé et les services sociaux (art. 118.1) et par des orientations du MSSS visant notamment à réduire au minimum l'usage de la contention et des autres mesures de contrôle.

En l'absence de preuves sur la sécurité et l'efficacité des couvertures et des vestes lestées, et puisqu'un usage inapproprié présente des risques, les parents qui utilisent des accessoires lestés auprès de leurs enfants devraient avoir été informés et formés sur les recommandations de la coroner (voir p.4). Les publicités devraient donc informer leurs clients potentiels de ces faits. De plus, les couvertures et les vestes lestées doivent être utilisées en respectant les conditions générales suivantes :

- Être **utilisées par un intervenant dûment formé** et sous la supervision d'un professionnel compétent, et ce, dans tous les établissements publics ou privés financés par l'État.
- Obtenir le **consentement éclairé** de l'enfant et de ses parents, ou du tuteur.
- Suivre des **règles d'utilisation sécuritaires** établies.
- Être **toujours** utilisées sous surveillance.
- Être utilisées seulement **après une évaluation faite par un professionnel de la santé** compétent pour exclure toute contre-indication possible.

Dans le cadre plus spécifique d'une utilisation **à des fins thérapeutiques** :

- Son utilisation doit être justifiée par des objectifs clairs et mesurables permettant de l'intégrer au plan d'intervention individualisé ou au plan de services.
- Le plan d'intervention individualisé ou le plan de services doit prévoir des évaluations périodiques de l'utilisation des vestes lestées et des couvertures.
- L'utilisation de la couverture ou de la veste lestée doit cesser si les bénéfices escomptés ne se réalisent pas.
- Tous les intervenants doivent informer les utilisateurs que leur efficacité thérapeutique n'est pas démontrée.
- L'utilisation des couvertures et des vestes lestées ne doit jamais être privilégiée aux dépens d'interventions éprouvées sur la base de données probantes.

Dans le cadre de l'utilisation d'une couverture, d'une veste ou d'un autre objet lesté **à des fins non thérapeutiques** :

- Son utilisation doit être clairement expliquée à toute personne et à tout établissement qui prévoit en faire usage.
- Les intentions sous-jacentes à cette utilisation doivent être conformes aux lois du Québec et du Canada afin d'exclure tout comportement punitif déraisonnable et toute contention injustifiée.

# À RETENIR



## QUELQUES ADRESSES UTILES POUR DE PLUS AMPLES INFORMATIONS :

- **BUREAU DU CORONER**  
[www.coroner.gouv.qc.ca](http://www.coroner.gouv.qc.ca)
- **FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE L'AUTISME**  
[www.autisme.qc.ca](http://www.autisme.qc.ca)
- **INSTITUT NATIONAL D'EXCELLENCE EN SANTÉ ET EN SERVICES SOCIAUX**  
[www.inesss.qc.ca](http://www.inesss.qc.ca)
- **MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, DU LOISIR ET DU SPORT**  
[www.mels.gouv.qc.ca](http://www.mels.gouv.qc.ca)
- **MINISTÈRE DE LA FAMILLE ET DES AÎNÉS**  
[www.mfa.gouv.qc.ca](http://www.mfa.gouv.qc.ca)
- **MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX**  
[www.msss.gouv.qc.ca](http://www.msss.gouv.qc.ca)
- **ORDRE DES PSYCHOÉDUCATEURS ET PSYCHOÉDUCATRICES DU QUÉBEC**  
[www.ordrepsed.qc.ca](http://www.ordrepsed.qc.ca)
- **ORDRE DES ERGOTHÉRAPEUTES DU QUÉBEC**  
[www.oeq.org](http://www.oeq.org)
- **SOCIÉTÉ CANADIENNE DE L'AUTISME**  
[www.autismsocietycanada.ca](http://www.autismsocietycanada.ca)