

Olivia Pérol, Dr. Philippe Marijnen, Rodolf Mongondry, Pr. Béatrice Fervers
Département Prévention Cancer Environnement, Centre Léon Bérard (CLB), Lyon, France

Le contrôle du surpoids et de la sédentarité, sont deux des objectifs principaux pour l'optimisation de la prévention de certains cancers dans la population générale et des risques de récurrence³ chez les patients⁴.

Dès le début de la phase thérapeutique, l'activité physique adaptée (APA) permet un meilleur contrôle de la fatigue, de l'état général, de certains effets secondaires des traitements, de l'anxiété.⁵

Pour quel(le) patient(e) ?

Tumeur du sein avec un IMC \geq 25 ou prise de poids \geq 5% dans les 6 mois

Patients, tous cancers, avec un IMC \geq 30

Tumeur du testicule (quel que soit l'IMC)

Patients dans le parcours RAAC (récupération améliorée après chirurgie, thoracique, digestive, gynécologique)

Patientes dans le parcours de Reconstruction Mammaire Différée (RMD)

Bénéfices attendus de l'APA et de la nutrition ?

Fatigue
Anxiété et Dépression
Effets indésirables des traitements

Qualité de vie
Composition corporelle
Endurance musculaire

Conditionnement à l'effort
Taux de survie globale et spécifique (cancer sur sein, du colon et de la prostate)

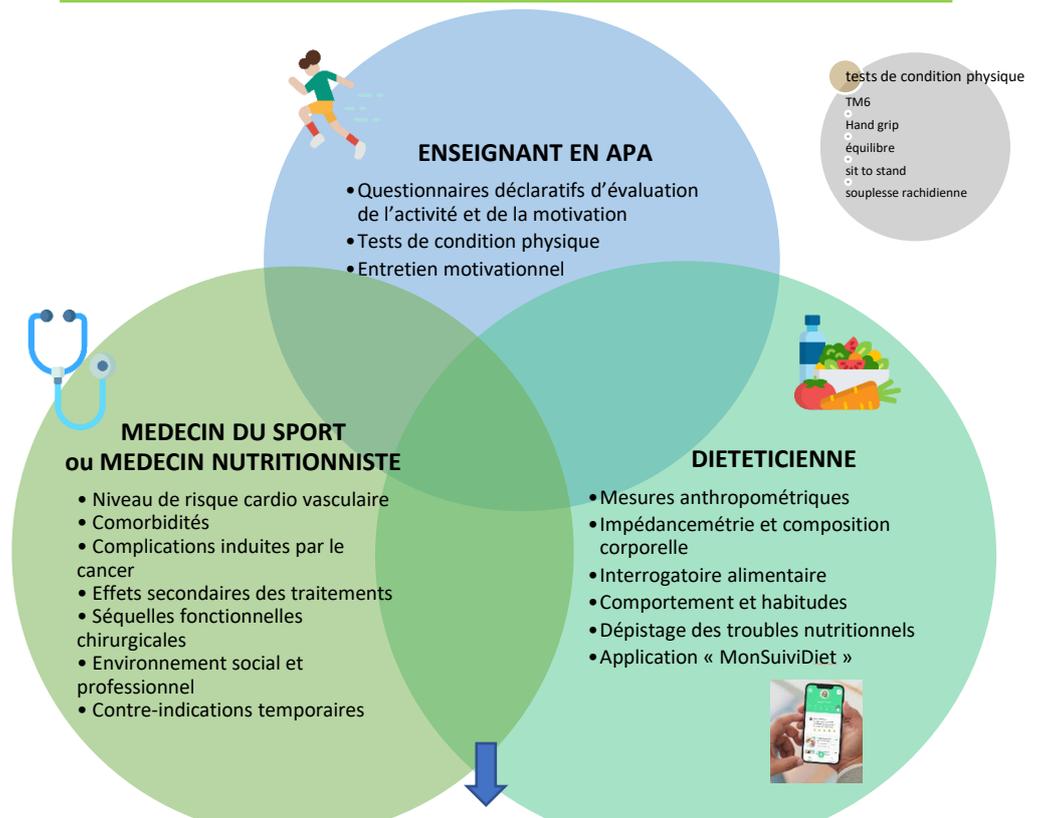
À quel moment et comment ?

Le plus tôt possible ou à tout moment dans le parcours de soins, y compris pendant la chimiothérapie néo adjuvante

Recrutement des patients par adressage directe des oncologues, IDEC, chirurgiens

Screening à partir des RCP sein

Trois intervenants successifs pour un bilan d'une durée de trois heures



SYNTHÈSE MÉDICALE et ORIENTATION

Suivi nutritionnel et Programme d'APA « KHEOPS » au sein du CLB

En dehors du CLB

- Marche nordique
- Parcours santé
- Zumb'APA
- Yoga
- Plateau cardio
- Gym
- Circuit training
- Pilates

Structures de sport santé

Enseignant d'APA à domicile et en autonomie (visio, livret guide)

Equipe hospitalière pluridisciplinaire de lutte contre l'obésité

Diététicienne du réseau ONCODIET

Programme de réadaptation et de reconditionnement après cancer

¹ Guide de promotion, consultations et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes/HAS, organisation des parcours, juillet 2019

² Bénéfices de l'activité physique pendant et après cancer. Des connaissances aux repères pratiques/collection états des lieux et des connaissances, INCa, mars 2017

³ Nutrition et activité physique adaptée pendant et après les traitements du cancer, Gouez M et al, Bull Cancer 2022

⁴ Exercise, Diet, and Weight Management during Cancer Treatment : ASCO Guidelines, may 2022

⁵ Activité physique. Prévention et traitement des maladies chroniques/éditions EDP Sciences, janvier 2019, INSERM, collection expertise collective

