



Mise en œuvre d'un programme d'Activité Physique Adaptée chez des patients atteints de cancer : Amélioration de leur qualité de vie, de leur fatigue et de leur capacité physique



Charlotte RALEC¹, Laurent CREFF¹, Stéphane VERDUN², Marion BUYSE³ et Jean-Baptiste BOUEE¹

1 - Fondation Ildys – BREST – Ty Yann – Soins de Support en Cancérologie / 2- Groupement Hospitalier Catholique – LILLE – Département de Biostatistique / 3 – Fondation ILDYS – Service Recherche

INTRODUCTION

Un programme de soins **améliore de façon significative l'état de fatigue et la qualité de vie** des patients en pré-, per- et post-traitement d'un cancer. Une **prise en charge supervisée** et accompagnée est, par ailleurs, plus efficace qu'une activité autonome.

Suite au constat **d'un manque d'offre** de soins sur le territoire Finistérien, notre service a développé un programme de réadaptation à l'APA (Activité Physique Adaptée) pour les patients atteints d'un cancer.

METHODE

Etude rétrospective sur les patients ayant suivi le programme d'APA entre août 2019 et avril 2021. Evaluation à l'entrée et à la sortie de :

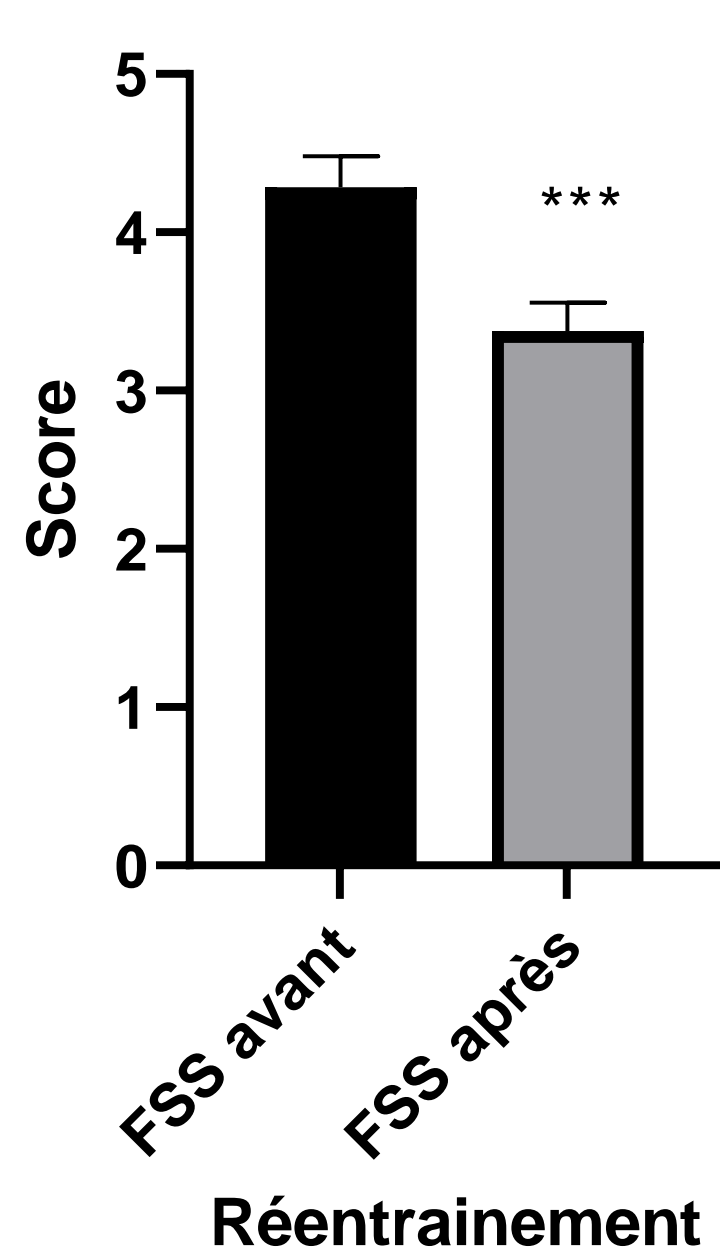
- La **fatigue** ressentie était déterminée par l'échelle FSS (Fatigue Severity Scale) ;
- La **qualité de vie** par le questionnaire de santé physique et mentale MOS-SF 36 (Medical Outcome Study Short Form-36) ;
- Les **capacités physiques** par le TM6 (Test de Marche de 6 minutes)

DESCRIPTION DU PROGRAMME

- **Nombre de patients**
5 patients/groupe
- **Durée**
8 à 12 semaines
- **Fréquence**
2 à 3x /semaine
- **TOTAL : 24 venues/patient**
- **Prise en charge Pluridisciplinaire**
Enseignant(e) APA, Infirmier(e), Psychologue, Médecin, Masseuse-kinésithérapeute, Diététicien(ne), Aide-Soignant(e)

Caractéristique de la population (n=72)						
Age	60.8 ±12.9 ; range : [22-85]					
Sexe (H/F)	54/18 (75%/25%)					
Activité professionnelle	Retraité n=28 (39.4%) En activité n=8 (11.3%) En arrêt ou adaptation du temps de travail n=36 (49.3%)					
Type de cancer (primaire)	Métastase(s)	Traitement n= (%)				
		Chirurgie	Chimiothérapie	Hormono-thérapie	Immuno-thérapie	Radiothérapie
Sein n=36 (50%)	14% (N=5)	34 (94%)	32 (89%)	27 (75%)	3 (8%)	28 (78%)
Poumon n=9 (12 %)	44% (N=4)	6 (67%)	6 (67%)	0 (0%)	2 (22%)	8 (89%)
Colorectal n=9 (12 %)	78% (N=7)	6 (78%)	6 (78%)	0 (0%)	0 (0%)	3 (33%)
Prostate n=4 (6%)	25% (N=1)	1 (25%)	0 (0%)	3 (75%)	0 (0%)	4 (100%)
Ovaire n=3 (4%)	67% (N=2)	2 (67%)	3 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Sarcome n=3 (4%)	0% (N=0)	3 (100%)	2 (67%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Hémato n=2 (3%)	0% (N=0)	0 (0%)	2 (100%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
Autre n=7 (10%)	43% (N=3)	3 (43%)	6 (86%)	0 (0%)	1 (14%)	4 (57%)

Evolution du score de Fatigue (FSS)



RESULTATS

On observe à la fin du séjour de réadaptation :

- **↓** de la **fatigue** (FSS) ($p < 0,001$)
- **↑** de la **qualité de vie** (MOS-SF 36) (Score physique, mentale et santé perçue)
- **↑** significative de la **capacité fonctionnelle / autonomie** (TM6) ($p < 0,001$)
- **↑** significative du **niveau d'AP** (Ricci & Gagnon) ($p < 0,001$)

L'amélioration des paramètres, ne semble être conditionnée ni par l'âge, ni par le sexe, ni par le stade du cancer, ni par le moment du début du programme d'AP par rapport à la prise en charge thérapeutique du cancer.

CONCLUSION

Besoin sur le territoire
(Finistère Nord)

Offre de Soins de Support de réadaptation en Cancérologie (Tous types de Cancer, pré – per – post traitement)

Création d'un programme
innovant proposant des APA mixtes et ludiques

Etude Pilote « REAPONCE »

Publiée dans « Movement & Sport Sciences – Science & Motricité » *

Validation statistique des bénéfices globaux
de notre programme d'APA

Notre programme d'HTP vient ainsi renforcer l'offre de soins de support encore trop rare en cancérologie

PERSPECTIVES : Explorer l'impact bénéfique du programme à long terme chez les patients atteints ou guéris d'un cancer

* Ralec C, Creff L, Verdun S, Buyse M, & Bouée J-B (2023) Mise en œuvre d'un programme d'activité physique adaptée chez les patients atteints de cancer : Amélioration de leur qualité de vie, de leur fatigue et de leur capacité physique. Mov Sport Sci/Sci Mot, Vol, 220019 – <https://doi.org/10.1051/sm/2022029>