

Accompagnement des femmes après la fin des traitements d'un cancer du sein par une activité physique adaptée, un suivi nutritionnel, et un soutien psychosocial



Q. Jacquinot^{1, 2, 3}, N. Meneveau^{2, 4}, G. Nallet^{3, 4}, C. Villanueva^{2, 4}, F. Bazan^{2, 4}, L. Chaigneau^{2, 4}, P. Montcuquet^{2, 4}, T. Nguyen^{2, 4}, E. Dob^{2, 4}, E. Curtit^{2, 4}, L. Mansi-Desfray^{2, 4}, X. Pivot^{2, 4}

¹ UPFR des sports, Université de Franche-Comté, Besançon

² Service d'Oncologie Médicale, CHRU, Besançon

³ Réseau Régional de Cancérologie de Franche-Comté, Besançon

⁴ Institut Régional Fédératif du Cancer, Besançon

quentin.jacquinot@hotmail.fr



Introduction



48 763 nouveaux cas de cancer du sein estimés en 2012 (INCa)



Nécessité de diminuer les effets secondaires pendant et après les traitements



Activité physique & Cancer du sein



Renforcement musculaire &



Activité aérobie



Amélioration

Des capacités cardio-respiratoires



De la force musculaire



De la composition corporelle



⌚ L'objectif de ce projet est d'accompagner la fin des traitements et de faciliter le retour à une vie sociale, familiale et professionnelle

Matériels & méthode

Bilan d'entrée

- Test de marche 6 min (TM6)
- Step test 3 min
- Questionnaire « Fatigue » (MFI20)
- Questionnaire « Qualité de vie » (QLQ-C30)
- Questionnaire « niveau d'activité physique » (IPAQ-SF)



Déroulement du programme

12 semaines

2 ½ journées/semaine (= 3h/½ journée)

- Séances collectives : APA et séances d'informations
 - Endurance (vélos, tapis, marches extérieures) $\approx 2*45$ min/sem
 - Renforcement musculaire $\approx 3*45$ min/sem
 - 1 séance d'information/sem sur différentes thématiques (45 min)
 - Activité physique (2x)
 - Lymphoédème (1x)
 - Nutrition (4x)
 - Groupe de parole (4x)
 - Bilan intermédiaire (1x)
- Séances individuelles : Consultations individuelles

Bilan de sortie

→ Même évaluations qu'à l'entrée



Évaluation à distance

→ Questionnaire de suivi à 6 mois et 1 an

Résultats

n= 35 patientes (âge : $47,7 \pm 7,2$ ans)

Capacités cardio-respiratoires

+ 72 mètres au TM6

Début : $554,93 \pm 38,2$ m vs Fin : $627,14 \pm 36$ m

Qualité de vie (QLQ-C30)

+ 0,97 item « Santé globale et Qualité de vie »

Début : $4,53 \pm 0,9$ vs Fin : $5,50 \pm 1$

Amélioration de la fatigue

- 15,29 score générale

Début : $61,79 \pm 10,6$ vs Fin : $46,5 \pm 16,22$

Amélioration de la composition corporelle

- 1,15 kg et - 0,8 kg/m²

Poids : Début : $76,4 \pm 15,3$ kg

Fin : $75,2 \pm 14,6$ kg

IMC : Début : $28,2 \pm 6,1$ kg/m²

Fin : $27,93 \pm 5,8$ kg/m²

→ Aucun événement indésirable

→ Augmentation ou stabilisation des résultats aux évaluations

Discussion



- Améliorations des résultats aux évaluations
- Projets d'activité physique et diététique à la fin du programme
- Reprise d'activité professionnelle



- Programme dense
- Programme récent, peu de recul
- Faible implication des médecins

À la vue des bénéfices du programme, ce dernier devrait être proposé à toutes les patientes ayant eu un cancer du sein. Les questionnaires de suivi permettront d'apprécier le niveau d'activité physique, l'état nutritionnel et la reprise du travail à distance du programme.