



Livret de conseils UCOG « Mieux vivre mon cancer »

N. Mainguy, J. Delaunay



Originalité de l'association des conseils

nutrition

ET

activité physique

Conseils simples, vocabulaire et police adaptés

Remis lors des consultations ou par les IDE à domicile avec un message éducatif



Éviter ou prendre en charge la dénutrition responsable de sarcopénie, de perte d'autonomie...

- avec des conseils pratiques « faciles » à réaliser
- pour une population âgée et déjà parfois fragilisée
- qui va recevoir un traitement aux effets indésirables notables

Sommaire

- 1** Je n'ai pas faim
Je me fais plaisir
- 2** J'ai la nausée, tout m'écoeure
Je bouge tous les jours
- 3** Mon goût a changé dans la bouche,
comment faire ?
J'écoute mon corps
- 4** Je manque de salive, j'ai mal dans
la bouche
Je gère mon effort
- 5** Je suis fatigué(e), je n'ai pas
envie de préparer les repas
Je garde le rythme
- 6** Un complément alimentaire peut-il
m'aider à reprendre du poids ?
Je travaille ma force
- 7** Mon proche refuse de manger
Je reste en contact





Les mouvements proposés dans le livret permettent:

- De s'adapter à la personne âgée
- De maintenir et/ou développer des capacités physiques
- De connaître des notions de gestion de l'effort
- De retrouver des relations sociales

Accueil et utilisation



Livret plébiscité par les professionnels car pratique et original

Mis à disposition des oncologues en consultation

Apprécié par les patients car exercices simples et permet une activité physique sans matériel

Évaluation du document prévue en 2020

Mise à disposition



IDE libéraux bretons : envoi de 5 à 10 exemplaires/cabinet intéressé (aide URPS)

Médecins libéraux bretons : mise en ligne du livret sur le site de l'URPS

Site internet des diététiciennes : association des diététiciens de Bretagne et diététiciens libéraux

Mise à disposition des UCOG qui transmettent aux professionnels de leur région

Site internet Oncobretagne : onglet UCOG-outils



Merci de votre attention,

