



# ACTIVITÉ PHYSIQUE ADAPTÉE EN CANCÉROLOGIE

*10<sup>ème</sup> Journée inter-régionale RENATEN*

*Centre Val de Loire et Poitou-Charentes*

Le 20 septembre 2019

V. BALZANO

# CONTEXTE ET DÉFINITIONS

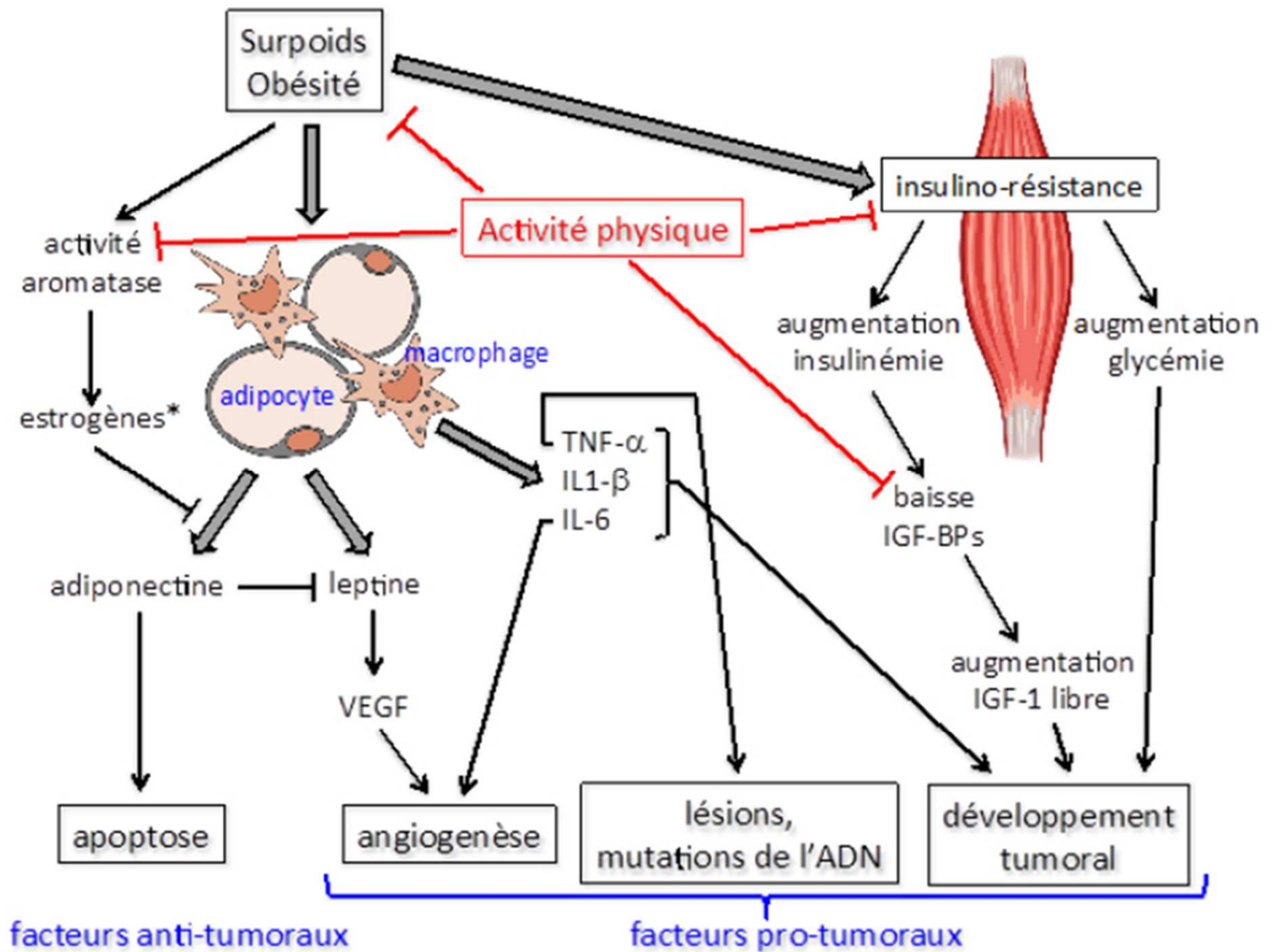
- FR: 3 millions de patients atteints de cancer en 2015
- **Des bénéfices qui sont reconnus**  
*Pendant et après la maladie*
- **Promotion de l'AP:**
  - Plan pour l'amélioration de la QV des personnes atteintes de maladies chroniques (2007)
  - Plan national d'action et de prévention de la perte d'autonomie (2015)
  - OMS 2016 (Stratégie 2016-2025 sur l'activité physique pour la région €)
  - **Plans Cancer (2003, 2009, 2014), SOS depuis 2005**
- **Loi de modernisation du système de santé du 26/01/16**  
*« dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une ALD, le médecin peut prescrire une AP adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient »*



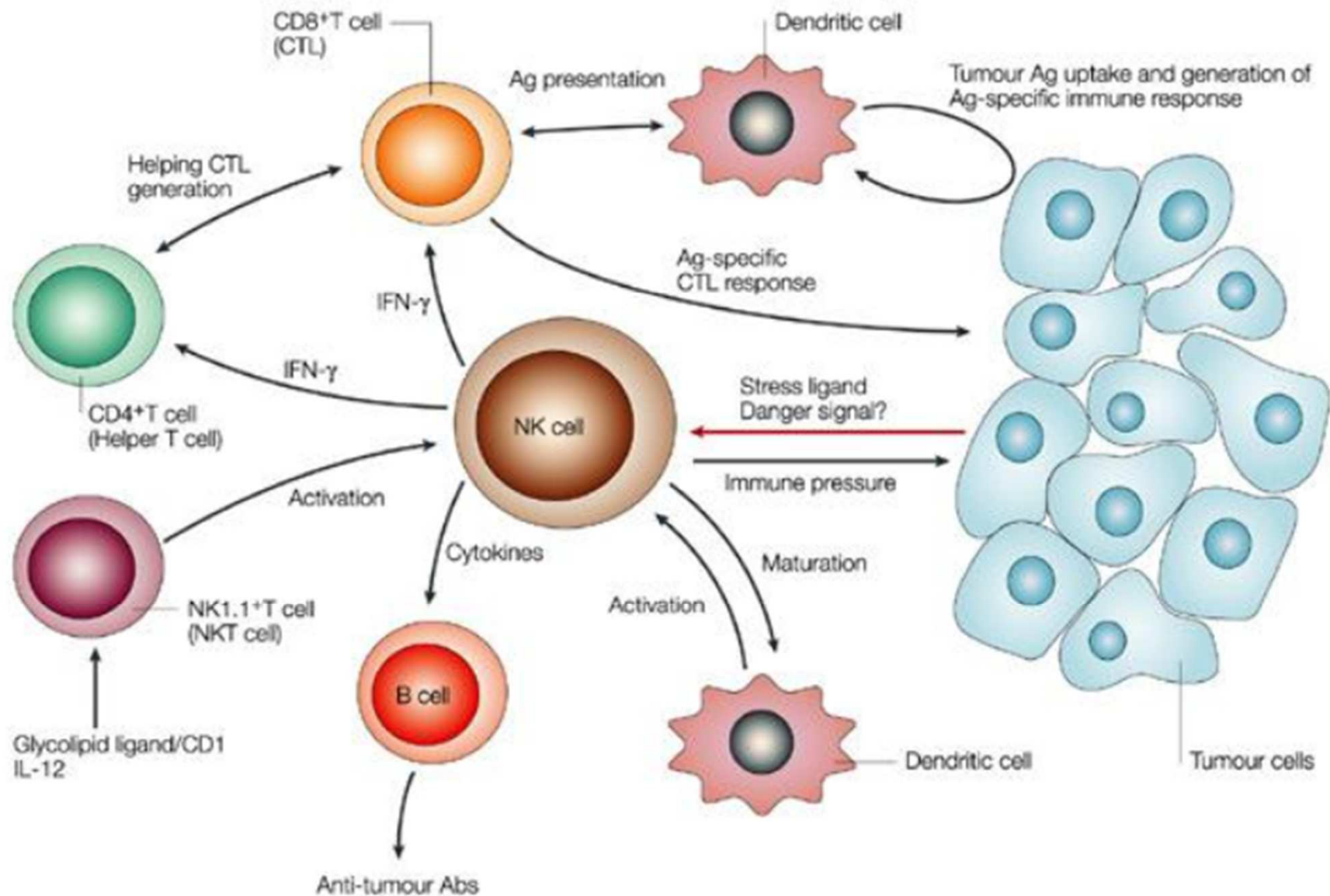
## CONTEXTE ET DÉFINITIONS

- L'APA est la « *pratique, dans un contexte d'activité du quotidien [...] des mouvements corporels, basée sur les aptitudes et les motivations des personnes ayant des besoins spécifiques, qui les empêchent de pratiquer dans des conditions ordinaires* »
- AP décrite par ses différentes caractéristiques: fréquence, intensité, type, temps, volume et progression
- Professionnels (notamment de santé) ↔ Publics fragiles  
**Activité d'intensité légère** (marcher, promener son chien..) à **modérée** (marche rapide, vélo de loisir, nage, monter d'escaliers, jardinage, etc...)





Bénéfices de l'activité physique pendant et après cancer, rapport INCa, mars 2017



- Accroissement de l'activité des cellules NK
- Accroissement de la prolifération lymphocytaire T
- Modulation de l'environnement anti-inflammatoire

# BÉNÉFICES DE L'AP EN CANCÉROLOGIE

Les variables de santé	Les effets de l'AP
<b>Adultes de tous âges</b>	
Prévention des cancers	Diminution de l'incidence du cancer pour : <ul style="list-style-type: none"> <li>- le cancer du sein, avec relation dose-réponse ;</li> <li>- le cancer du côlon, avec relation dose-réponse ;</li> <li>- le cancer de l'endomètre, avec relation dose-réponse ;</li> <li>- l'adénocarcinome de l'œsophage ;</li> <li>- le cancer du poumon (discuté).</li> </ul>
<b>Individus avec une pathologie préexistante</b>	
Cancer du sein	Réduction de la mortalité toutes causes confondues, avec relation dose-réponse Réduction de la mortalité par cancer du sein, avec relation dose-réponse Réduction de la récurrence du cancer du sein (21) Réduction de la fatigue, amélioration de la tolérance aux traitements et de la qualité de vie (21)
Cancer colorectal	Réduction de la mortalité toutes causes confondues, avec relation dose-réponse Réduction de la mortalité par cancer colorectal, avec relation dose-réponse Réduction de la récurrence du cancer du colorectal (21) Réduction de la fatigue, amélioration de la tolérance aux traitements et de la qualité de vie (21)
Cancer de la prostate (non métastatique)	Réduction de la mortalité toutes causes confondues (21) Réduction de la mortalité par cancer de la prostate Réduction de la récurrence du cancer de la prostate (21) Réduction de la fatigue, amélioration de la tolérance aux traitements et de la qualité de vie (21) (Réduction de la sarcopénie, chez les patients avec un cancer métastasé sous blocage androgénique)

**MG: -26 à -35%**  
**MS: -25 à -30%**

**MG: -40%**  
**MS: -35 à -39%**



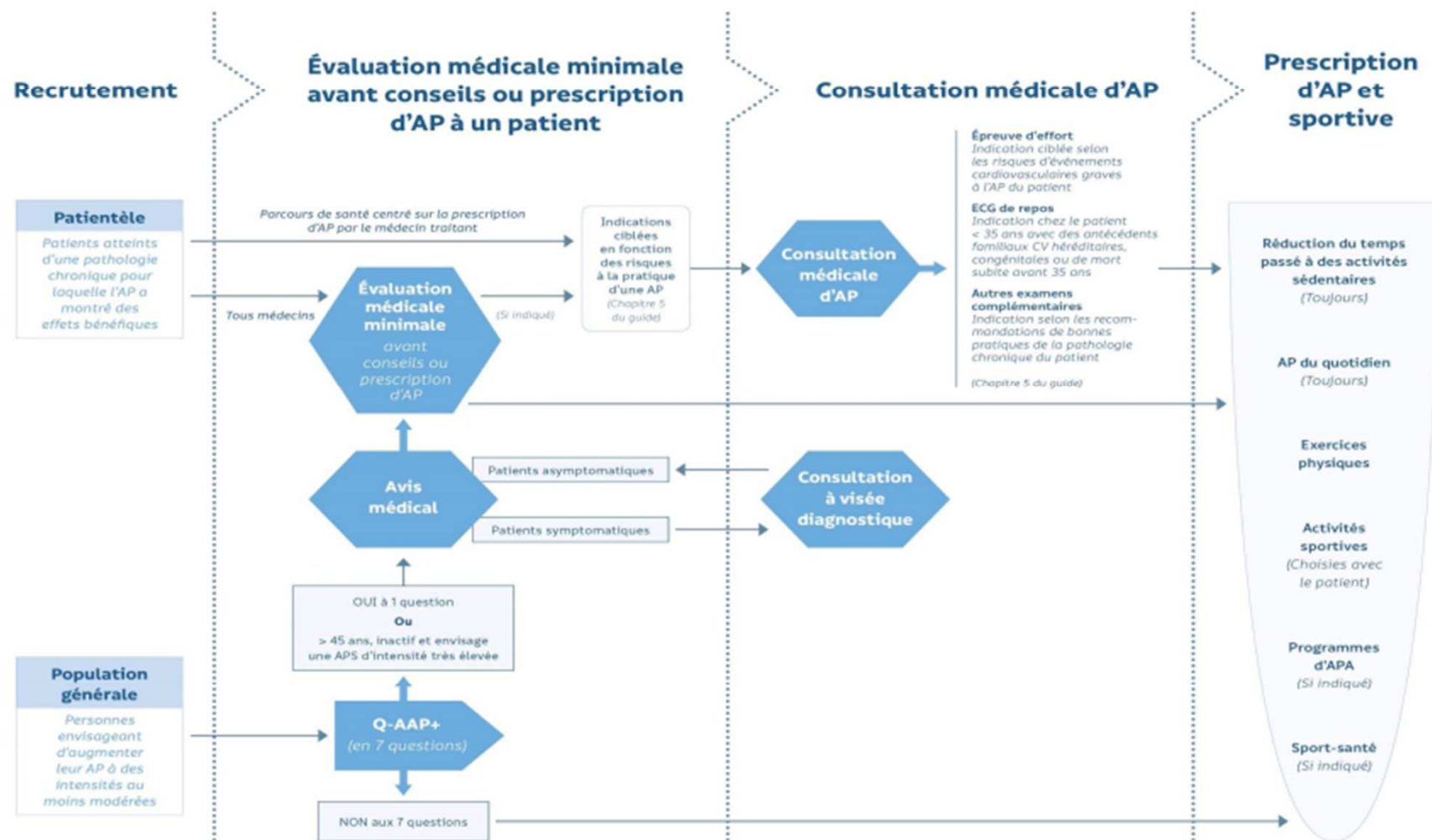
*(De Guetz, 2013; Je, 2013; Schmid, 2014)*

# PROTOCOLE APACAPOC

- Evaluation d'un programme d'**A**ctivité **P**hysique **A**daptée chez des patients ayant un **C**ancer du **P**ancréas **O**opéré
- RCT multicentrique nationale, comparative, en ouvert (phase IIb)
- **Evaluer l'efficacité d'un programme d'APA de 6 mois, supervisé ou pas, après un cancer du pancréas opéré**
  - sur la QdV (principal)
  - sur la douleur, la dépression, l'anxiété (secondaires)
  - sur la tolérance de la chimiothérapie, l'état nutritionnel
  - le diabète/contrôle de la glycémie
  - l'inflammation
  - la survie sans maladie, la survie globale
  - la compliance au programme d'APA
  - les changements de comportement vis à vis de l'activité physique



## Arbre décisionnel





# CONCRÈTEMENT, COMMENT PRESCRIRE?

- Evaluation du niveau de risque cardio-vasculaire

*Interrogatoire* - Âge? Antécédents CV / index SCORE?

Patient symptomatique?

**Repérer les « CI »**

Les patients avec un antécédent de cancer et ayant reçu une chimiothérapie cardio-toxique/ radiothérapie thoracique ont un risque CV augmenté, **même à distance de ces traitements**

- Evaluation médicale minimale

Avant toute prescription d'AP d'intensité faible/modérée

*Estimation de l'intensité envisagée/ niveau habituel/ motivation?*



## ○ Patients asymptomatiques: Cs médicale d'AP

### ***Pour les AP d'intensité modérée***

si antécédent de cancer ayant nécessité un traitement médical spécifique cardiotoxique

- **prescription** individualisée d'APA et sportive
- un certificat médical d'absence de CI à l'AP
- **demande d'un avis spécialisé (cardio)**  
**+/- ECG, épreuve d'effort (si intensité élevée)**
- programmation du suivi médical (adapter la prescription)
- **APA** → supervision par des professionnels de l'APA-S  
diplômés des UFR STAPS ou éducateurs sportifs

○ Du bon sens...!



**OncoCentre**  
Réseau de cancérologie  
Centre-Val de Loire

FORMATIONS | ÉVÈNEMENTS • LETTRE D'INFORMATION • APPEL À PROJET

vosre recherche... DCC Dossier Communicant en Cancérologie

LE RÉSEAU • L'ORGANISATION DES SOINS • **LES PRISES EN CHARGE SPÉCIFIQUES** • LES OUTILS • LA QUALITÉ • L'ANTENNE D'ONCOGÉRIATRIE

Fertilité  
Génétique  
Biologie moléculaire  
Pédiatrie  
Adolescents – Jeunes adultes  
Personnes âgées  
Soins palliatifs  
Soins de support

**OFFRE D'EMPLOI**  
ONCOCENTRE RECRUTE UN MÉDECIN ASSISTANT SPÉCIALISÉ EN  
[Accueil](#) | [Le réseau](#) | [Professionnels](#)

**ÉTUDE RÉGIONALE DU RECOURS AUX SOINS ONCOLOGIQUES DE SUPPORT (SOS)**  
La synthèse régionale de l'étude du recours aux soins oncologiques de support vient de paraître. Pour en savoir plus  
[Accueil](#)

**10E JOURNÉE INTER-RÉGIONALE RENATEN CVL/POITOU-CHARENTES – 20 SEPTEMBRE 2019**  
La 10e Journée inter-régionale RENATEN Centre-Val de Loire/Poitou-Charentes aura lieu le vendredi 20 Septembre prochain à l'Hôtel de l'Univers à Tours. Consulter le programme Pour vous inscrire, merci d'envoyer un [...]  
[Accueil](#)

**A VOS AGENDAS ! 17E JOURNÉE ANNUELLE DU RÉSEAU**  
[Accueil](#) | [Le réseau](#)

Annuaire des soins de support

Réseau Oncologie 37, Réseau Onco41, Ligue contre le Cancer 18...

