



Communiqué de presse – 19 mai 2022

ACTIVITE PHYSIQUE ET CANCER

L'Institut Curie franchit une nouvelle étape dans le développement de l'activité physique adaptée pour les patients atteints de cancer

Pionnier dans l'offre d'activité physique adaptée (APA) depuis 11 ans, l'Institut Curie poursuit sa démarche en développant son dispositif dédié afin de doubler le nombre de patients pouvant en bénéficier dans les 2 ans. Au programme en 2022 : sensibilisation précoce des patients atteints de cancer, formation des oncologues, programme étoffé et personnalisé, et évaluation des bienfaits de l'APA. Le déploiement de ce dispositif a reçu le soutien d'AstraZeneca, engagée à améliorer la prise en charge des patients.

« L'Institut Curie est pionnier dans le déploiement de l'APA en France comme thérapeutique non médicamenteuse, explique le [Pr Steven Le Guill](#), directeur de l'Ensemble hospitalier de l'Institut Curie. Entre 2011 et 2019, plus de 2 000 patients de l'Institut Curie ont bénéficié d'un programme associant activité physique et prise en charge nutritionnelle, et en 2021, nous avons reçu le label Maison Sport – Santé (cf. encadré page suivante) qui distingue notre engagement dans ce domaine. En 2022, nous souhaitons aller encore plus loin en étoffant et en structurant nos actions pour doubler le nombre de patients qui pourront en bénéficier.

« Partie intégrante de la prise en charge de nos patients aux nombreux bénéfices, l'offre APA sera à la fois plus importante en durée et plus personnalisée. La présence d'un enseignant dédié sur le terrain va nous permettre de sensibiliser encore plus les patients, et aussi les oncologues, à l'importance de l'APA pendant et après les traitements », précise le [Dr Carole Bouleuc](#), cheffe du département de soins de support.

A retenir : l'APA toujours plus au cœur de la prise en charge à l'Institut Curie en 2022

- **Sensibiliser et former** : Présence d'un enseignant APA dédié sur le terrain pour une sensibilisation accrue des patients dans les salles d'attente, la promotion auprès des oncologues et une meilleure coordination des parcours APA
- **Accompagner les patients** :
 - ✓ Programme Starter étoffé et personnalisé : un bilan initial, 10 séances d'APA et un bilan final
 - ✓ Hôpital de jour dédié à l'APA pour les patients en situations complexes
- **Evaluer** : Un essai clinique de phase II visant à évaluer l'intérêt d'un programme individualisé de nutrition et d'activité physique adaptée chez des patients atteints de cancers bronchiques ou digestifs avancés et qui sont en situation de fragilité

Sensibiliser toujours plus les patients et former les oncologues

« La sensibilisation des patients le plus précocement possible dans les salles d'attente est un des points phares du dispositif 2022, souligne le [Dr Carole Bouleuc](#). Un nouveau poste d'enseignant APA vient d'être créé pour aller au plus près des malades. Nous allons aussi organiser en interne des formations pour que les oncologues puissent plus facilement orienter leurs patients et leur prescrire des séances d'APA. »

Des conférences en ligne et sur les sites hospitaliers (Paris et Saint-Cloud) sont également organisées pour informer les patients des bienfaits de l'APA et son utilité dans la prise en charge des cancers. Enfin, un [livret d'information sur l'APA](#) est disponible en ligne et sous format papier.

Une **journée de sensibilisation sur l'APA, ses bénéfices et sa mise en place est organisée le 8 juin prochain** sur le site hospitalier parisien. Au programme : démonstration d'activités (rugby, escrime, marche nordique...), stands et animations des associations partenaires (Cami, UCPA, Rosamouv, EPGV, Siel Bleu...), conférences d'information, expériences patients, jeux... ([programme sur demande](#)).

Accompagner les patients pendant et après les traitements

« En présentiel et désormais en digital, pour donner accès à tous nos patients où qu'ils soient et même s'ils ont des difficultés pour se déplacer, le **programme Starter** est proposé en collaboration avec les associations partenaires (Cami, UCPA, Rosamouv, EPGV, Siel Bleu...) », précise le **Dr Carole Bouleuc**.

Ce programme comprend un bilan initial, 10 séances d'APA et un bilan final. Le programme digital est identique au présentiel.

Membre à part entière de l'équipe soignante, l'enseignant dédié assurera la coordination des partenariats et simplifiera la mise en place des parcours d'APA qui seront personnalisés selon la situation des patients grâce aux bilans initiaux et finaux.

Dans cette optique, un **hôpital de jour de soins de support dédié à l'APA et à la nutrition**, a été créé en 2021 pour accueillir les patients dans les situations plus complexes (en situation métastatique, affaiblis, dénutris...) adressés par leur médecin pour une prise en charge très personnalisée. L'objectif est de prendre en charge au moins un tiers des patients en situations complexes dans les 2 ans.

L'Institut Curie labellisé Maison Sport -Santé

En 2021, l'Institut Curie a reçu ce label délivré par le ministère des Sports et le ministère des Solidarités et de la Santé qui distingue « l'engagement de l'Institut Curie depuis plus de 10 ans à promouvoir l'exercice physique auprès des patients ». « Les patients de l'Institut Curie peuvent pratiquer l'APA grâce aux partenariats noués avec des associations de l'activité physique adaptée dans des salles situées à proximité de l'hôpital à Paris et dans la Maison des patients à Saint-Cloud. Ils sont également informés et orientés vers les organisations ou associations proches de leur domicile », précise **Béatrice Boistard**, cadre responsable de la promotion de l'activité physique à l'Institut Curie.

Évaluer l'efficacité du dispositif

Le **Dr Cindy Neuzillet**, gastroentérologue et oncologue digestif à l'Institut Curie, responsable du parcours digestif sur le site de Saint-Cloud, vient de lancer un **essai clinique de phase II qui vise à évaluer l'intérêt d'un programme individualisé de nutrition et d'activité physique adaptée chez des patients atteints de cancers bronchiques ou digestifs avancés et qui sont en situation de fragilité**.

« L'objectif des séances d'APA réalisées sous la supervision d'un professionnel est double : réduire la fatigue des patients et maintenir leur masse musculaire pour optimiser leur qualité de vie et limiter les effets secondaires des traitements. Ces séances viennent en plus de l'activité physique quotidienne, explique-t-elle. Par ailleurs, les interventions nutritionnelles consistent à déployer des mesures pour couvrir les besoins en protéines et calories, qui sont augmentées du fait de la maladie et des traitements. Il s'agit de conseils diététiques, de compléments nutritionnels oraux voire si nécessaire de la mise en place d'une nutrition artificielle. »

Plus de 270 patients devraient participer à cet essai, qui sera déployé dans 9 centres de lutte contre le cancer sous la supervision du Dr Neuzillet. Ils suivront ce programme personnalisé pendant deux semaines. L'objectif principal est de déterminer si cela a un impact sur la survie des malades sans détérioration de leur qualité de vie.

Le déploiement de ce dispositif de sensibilisation et d'accompagnement de l'APA a reçu le soutien d'AstraZeneca, engagé à améliorer la prise en charge des patients. « AstraZeneca s'est donné comme mission de mener une révolution en oncologie pour guérir les cancers à terme - notre engagement fondamental est évidemment celui de la recherche de thérapeutiques innovantes et nous travaillons sur 6 approches différentes et complémentaires, parce que nous avons la conviction scientifique que la guérison des cancers passera par la médecine ultra-personnalisée, explique le **Dr Dana Vigier**, Directrice de la division oncologie d'AstraZeneca France. Cette personnalisation est d'abord celle du ciblage très précis des thérapeutiques en fonction du profil génétique et moléculaire des patients, mais elle passe aussi par la prise en charge du patient dans sa totalité. Il nous paraît ainsi très opportun de soutenir l'Institut Curie, pionnier en France sur l'APA, et a en plus décidé par la suite d'apporter la preuve scientifique de l'efficacité de l'APA pour les patients souffrant de cancer comme nous le faisons avec nos molécules innovantes. »

→ ZOOM sur

LES EFFETS BENEFIQUES DE L'ACTIVITE PHYSIQUE CONTRE LE CANCER

L'activité physique ne se réduit pas à la seule pratique d'un sport. Il s'agit de tous les mouvements de la vie quotidienne qui augmentent les dépenses énergétiques, sollicitent les muscles, les os et l'appareil cardiovasculaire. Ex : marche, vélo, ménage, jardinage, danse, nage, manutention...

RECOMMANDATIONS

Pour tous les adultes, en bonne santé ou souffrant d'un cancer, il est recommandé de faire :

- **30 min d'activité physique d'intensité modérée à élevée, par jour, au moins 5 fois par semaine**
- **2 séances par semaine de renforcement musculaire associé à des exercices d'assouplissement**
- **Lutter contre la sédentarité en marchant quelques minutes toutes les deux heures, et en passant moins de 8 heures par jour en position assise ou allongée (en dehors de la nuit et des repas).**

Il est essentiel de garder un mode de vie actif, adapté à la situation et à l'état de santé de chacun durant les traitements. Médecins et professionnels de l'activité physique adaptée sont là pour aider les patients à maintenir ou mettre en place cette démarche.

BENEFICES EN PREVENTION PRIMAIRE

Des études scientifiques ont montré qu'une activité physique régulière est associée à une réduction de la mortalité précoce toutes causes comprises de 30 à 40 %.

Et de façon plus spécifique, elle réduit le risque de survenue de certains cancers :

- ↳ **25% cancer colorectal**
- ↳ **10 à 25% cancer du sein**
- ↳ **20% cancers de l'endomètre, du poumon, de l'œsophage**
- ↳ **15% cancer de la vessie**
- ↳ **12% cancer de du rein**

(Sources : Anses, "Physical Activity in Cancer Prevention and Survival: A Systematic Review", McTiernan et al, Med Sci Sports Exerc. 2019)

BENEFICES PENDANT UN CANCER

Toute personne atteinte d'un cancer, en cours de traitement ou après, peut pratiquer une activité physique, à condition d'avoir un certificat médical de non contre-indication. Les bénéfices sont nombreux :

- ↳ **de la fatigue, des troubles anxieux et de la douleur**
- ↳ **mortalité globale et risque de récurrence**
- ↗ **condition physique et tolérance aux traitements**
- ↗ **qualité de vie, estime de soi et image corporelle**

(Source : INCa, Bénéfices de l'Activité physique adaptée pendant et après- cancer, des connaissances scientifiques aux repères pratiques - mars 2017)

BENEFICES APRES UN CANCER

L'activité physique pratiquée régulièrement après le traitement d'un cancer diminue le risque de mortalité et de rechute :

- ↳ **24% le risque de rechute d'un cancer du sein et 47% d'un cancer colorectal**
- ↳ **33% le risque de mortalité d'un cancer du sein et 50% d'un cancer colorectal**

(Source : Inserm)

A propos de l'Institut Curie

L'Institut Curie, 1er centre français de lutte contre le cancer, associe un centre de recherche de renommée internationale et un ensemble hospitalier de pointe qui prend en charge tous les cancers y compris les plus rares. Fondé en 1909 par Marie Curie, l'Institut Curie rassemble sur 3 sites (Paris, Saint-Cloud et Orsay) plus de 3 700 chercheurs, médecins et soignants autour de ses 3 missions : soins, recherche et enseignement. Fondation reconnue d'utilité publique habilitée à recevoir des dons et des legs, l'Institut Curie peut, grâce au soutien de ses donateurs, accélérer les découvertes et ainsi améliorer les traitements et la qualité de vie des malades. Pour en savoir plus : www.curie.fr

Contacts presse

Havas Paris : Joël Diogo (joel.diogo@havas.com / 07 88 31 35 18)

Myriam Hamza (myriam.hamza@havas.com / 06 45 87 46 51)

Institut Curie : Elsa Champion (elsa.champion@curie.fr / 07 64 43 09 28)