

# LE PÔLE SPORT & CANCER

Une innovation thérapeutique  
au service des patients



**L'activité physique pendant et après le traitement du cancer, une chance supplémentaire de vaincre la maladie.**

## LES VERTUS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE APRÈS LE DIAGNOSTIC D'UN CANCER EN TERME DE QUALITÉ DE VIE ET DE SURVIE

L'Institut National du Cancer a publié le 30 mars 2017 un rapport sur les bénéfices de l'activité physique, en termes de qualité de vie et de survie, pendant et après le cancer.



Réduit de 36 % en moyenne la fatigue induite par les traitements<sup>1</sup>



Réduit le risque de récurrence de 50% en moyenne



Diminue les effets secondaires des traitements



Maintient la condition physique et la masse musculaire



Favorise le sommeil et permet de lutter contre l'anxiété et la dépression

L'AFSOS (Association Francophone pour les Soins Oncologiques de Support) rappelle que l'activité physique est le seul traitement validé de la fatigue en oncologie.

### L'ACTIVITÉ PHYSIQUE RECONNUE COMME SOIN NON MÉDICAMENTEUX

L'activité physique a été reconnue comme une thérapeutique non médicamenteuse par la Haute Autorité de Santé en 2011. Plus récemment, selon l'instruction du 23 février 2017 relative à l'amélioration de l'accès aux soins de support des patients atteints de cancer, l'activité physique fait désormais partie intégrante du panier-référentiel de soins de support en cancérologie. Par ailleurs, depuis le 1er mars 2017 selon un décret relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée, le médecin traitant peut prescrire de l'activité physique à ses patients atteints d'une affection de longue durée.

## LES VERTUS DE L'ACTIVITÉS PHYSIQUE APRÈS LE TRAITEMENT

Si plus de la moitié des malades guérit aujourd'hui, l'après-traitement est un moment de transition qui doit aussi être accompagné et préparé puisque 70% des malades guéris font état de séquelles dues au parcours de soins<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> Cochrane Data Base 2008 et 2012

<sup>2</sup> Institut Curie 2011

## Le Pôle Sport & Cancer de Lille en pratique

Pour qu'un programme d'activité physique soit efficace et bénéfique au patient, il est nécessaire de le débiter le plus précocement possible dans la prise en charge, dès le diagnostic, et de mettre en place l'activité choisie avec une fréquence très régulière.

Au Centre Oscar Lambret, grâce au Pôle Sport & Cancer, les patients peuvent bénéficier depuis octobre 2016 de deux cours d'activité physique par semaine pendant 6 à 12 mois. Ces cours sont encadrés par un professionnel formé à l'approche pédagogique de la fédération CAMI Sport & Cancer. Les patients profitent également d'un bilan médico-sportif initial et d'une évaluation régulière des effets physiques et psychologiques de leur pratique physique.

Ce suivi, ajouté à la participation de l'éducateur médico-sportif aux staffs médicaux, permet une collaboration étroite avec les équipes médicales, véritable fil conducteur du Pôle Sport & Cancer.



*« En se dépensant, les patients diminuent les risques de dépression, ils se sentent plus en confiance et restent en meilleure condition physique. Au fil des semaines, ils constatent qu'ils dorment mieux, respirent mieux et s'adaptent même mieux aux effets secondaires des traitements. »*

Hervé Mocaer, éducateur médico-sportif du Pôle Sport & Cancer

### LE 1<sup>er</sup> PÔLE SPORT & CANCER DES HAUTS-DE-FRANCE

Pour favoriser l'émergence de nouveaux modèles thérapeutiques, la Fédération CAMI Sport & Cancer, Malakoff Médéric et Laurette Fugain ont conclu un partenariat afin de développer la création de Pôles Sport & Cancer au niveau national. Ces Pôles Sport & Cancer permettent aux patients de pratiquer une activité physique dès le début du traitement, au sein même de l'hôpital.

Le Pôle Sport & Cancer de Lille, inauguré le 17 octobre 2016 au Centre Oscar Lambret, est l'une des huit structures qui sont ou seront déployées d'ici fin 2018 grâce à ce partenariat, et le premier dans la région des Hauts-de-France.

### OÙ ONT LIEU LES SÉANCES DU PÔLE SPORT & CANCER ?

Les séances en solo ou en duo se passent au sein même du Centre Oscar Lambret dans une salle aménagée avec des équipements adaptés : tapis de course, vélo,...

Ne disposant pour l'instant pas d'un lieu adapté au sein du Centre pour accueillir les séances collectives, ces séances ont lieu sur le site d'EURASPORT, un nouvel espace sportif entièrement équipé à proximité du Centre Oscar Lambret. Un projet de salle de sport sur le site du Centre est aujourd'hui à l'étude.

### À PROPOS DE LA FÉDÉRATION NATIONALE CAMI SPORT & CANCER



La Fédération Nationale CAMI Sport & Cancer est la structure référente pour l'accompagnement physique et sportif des patients ayant ou ayant eu un cancer. Association fondée en 2000 par Thierry Bouillet, oncologue, et Jean-Marc Descotes, ancien sportif de haut niveau, son objectif est de promouvoir l'activité physique et sportive comme une thérapie non médicamenteuse en oncologie et hématologie. Pour ce faire, elle propose deux types de cours aux patients : soit à l'hôpital, soit en ville. Ces séances s'appuient sur une méthode pédagogique spécifiquement créée, le Médiété®. Afin de garantir la compétence des encadrants, la CAMI a également créé le Diplôme Universitaire « Sport et Cancer » au sein de la Faculté de Médecine de l'Université de Paris 13. Présente dans 26 départements en France à travers une centaine de lieux d'accueil, elle s'appuie ainsi sur un réseau national d'éducateurs médico-sportifs, mais aussi sur une Commission Scientifique d'experts renommés. [www.sportetcancer.com](http://www.sportetcancer.com)



# Un Pôle Sport & Cancer ouvert à tous

Le Centre Oscar Lambret et la CAMI Sport & Cancer ont pour vocation d'offrir au plus grand nombre de patients un programme de thérapie sportive sans considération d'âge, de sexe, de condition sociale ou de localisation du cancer.

Grâce au soutien initial des partenaires fondateurs, les séances d'activité physique proposées dans le cadre du pôle Sport & Cancer du Centre Oscar Lambret sont aujourd'hui gratuites.



« L'aide initiale que nous avons reçue a rendu possible la mise en œuvre pérenne de ce programme au sein de notre établissement. Il nous a permis de nous doter des moyens humains et matériel adaptés.

Nous sommes aujourd'hui en mesure d'accueillir une centaine de patients au sein du Pôle. En ancrant notre action dans la durée, nous pourrions montrer de manière concrète et mesurable l'impact positif d'un programme d'activité physique sur l'efficacité du traitement. C'est donc aussi l'économie de la santé qui se joue ici »

Dr Laurence Vanlemmens, oncologue au Centre Oscar Lambret et référente du Pôle Sport & Cancer de Lille.

## LE PÔLE SPORT & CANCER EN QUELQUES CHIFFRES

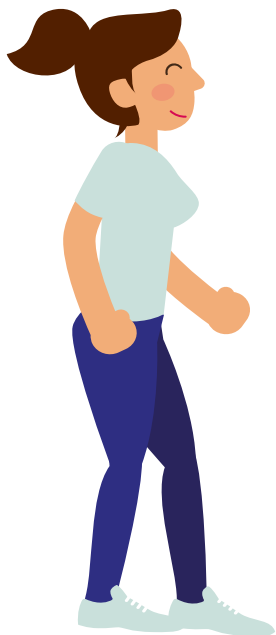
### BILAN, 2 ANS APRÈS

Plus de  
**300**  
patients ont bénéficié d'un  
accompagnement

Près de  
**70**  
patients suivent des cours  
proposés par le Centre  
chaque semaine

Plus de  
**750**  
séances collectives d'activité  
physique et sportives

Plus de  
**1300**  
séances en solo ou en duo.



### De nombreux bénéfices pour les patients participants<sup>1</sup>.



Gain de résistance, détente, échanges et partages, amélioration du bien-être

**100%**



Gain de force et d'endurance

**92%**



Motivation

**92%**



Bien-être

**75%**

### DÈS 6 MOIS, DES EFFETS BÉNÉFIQUES SUR LES EFFETS SECONDAIRES\*



**BAISSE SIGNIFICATIVE**  
de la fatigue  
de la douleur à 3 et à 6 mois



**PERTE DE POIDS**  
avec un maintien de la masse  
musculaire et une baisse significative  
de la masse grasse



**GAIN D'ENDURANCE**

\*Les principaux effets secondaires rencontrés par les patients pendant les traitements sont la fatigue (92% des patients) et des douleurs (73% des patients).

Ces premiers résultats confirment l'intérêt de proposer de façon systématique cette offre de soins le plus tôt possible après le diagnostic.

<sup>1</sup>Source (résultats issus du questionnaire de satisfaction auprès de 144 patients à 3 mois et 96 patients à 6 mois)

## Parole de patients



Véronique D.  
Patiente du Pôle Sport et Cancer

### « J'y puise de l'énergie »

« J'ai été surprise d'apprendre qu'on pouvait pratiquer une activité sportive au sein du Centre. Dès la première consultation, mon oncologue m'a proposé de suivre ce programme d'activité physique. Bien que n'étant pas sportive, j'ai accepté. J'ai commencé juste avant ma première séance de chimiothérapie et l'éducateur m'a mise à l'aise en me proposant des activités adaptées. Je fais des activités d'endurance et du renforcement musculaire deux fois par semaine et je puise dans ces moments une énergie qui me fait le plus grand bien : je rencontre des gens qui sont à d'autres stades de traitement. À mi-traitement, je ressens les effets bénéfiques de cette pratique. Je sais qu'après ce parcours, je continuerai à faire du sport en m'inscrivant dans un club. »



Kévin P.  
Patient du Pôle Sport et Cancer

### « Ce programme m'a permis de redevenir vivant »

Quand un médecin expert m'a parlé du programme, mon premier mot a été « merci ». À raison de deux ou trois heures par semaine, j'ai repris du muscle, mais pas seulement ! J'ai constaté que je pouvais refaire certains gestes que je pensais exclus à cause des séquelles corporelles des opérations subies. Pouvoir les faire à nouveau m'a libéré physiquement et mentalement. Avoir un programme personnalisé, avec une difficulté progressive, sous contrôle médical, met en confiance. On prend conscience des progrès sans subir le jugement des autres. On est là entre malades pour la même raison : reprendre le contrôle. Je reçois en ce moment de bonnes nouvelles concernant l'évolution de ma maladie. Je suis convaincu que le sport joue un rôle : j'ai repris du muscle, et j'ai cessé de ne penser qu'à cette maladie. »

## COMMENT SOUTENIR CE PROJET?

Après deux ans d'accompagnement par les partenaires fondateurs du Pôle Sport & Cancer, le Centre Oscar Lambret doit reprendre à sa charge le financement du Pôle, afin d'assurer sa pérennité pour ses patients :

**Budget annuel du Pôle Sport & Cancer : 70 000 €**

### A VENIR EN 2020

Projet de création d'une nouvelle salle de sport sur le site du Centre Oscar Lambret  
Budget estimé: 350 000 €

### Offrez à nos patients le meilleur accompagnement possible

Vous pouvez dès maintenant nous transmettre votre don par courrier, en indiquant le nom du projet « Pôle Sport et Cancer », avec votre chèque libellé à l'ordre du Centre Oscar Lambret, à l'adresse suivante :

Centre Oscar Lambret - Service Relations Donateurs  
3 rue Frédéric Combemale  
BP307 – 59020 Lille Cedex

### BÉNÉFICIEZ D'UNE RÉDUCTION FISCALE

**66%** du montant de votre don déductibles de votre Impôt sur le revenu dans la limite de 20% de votre revenu net imposable

**75%** du montant de votre don déductibles si vous êtes soumis à l'ISF dans la limite de 50 000 €

**60%** du montant de votre don déductibles de votre Impôt sur les Sociétés dans la limite de 0,5% du chiffre d'affaires de l'entreprise



« Pour pérenniser le Pôle Sport & Cancer, nous avons aujourd'hui besoin de votre soutien, afin de continuer à offrir à nos patients les meilleures chances de vaincre la maladie. »

Dr Laurence Vanlemmens, oncologue au Centre Oscar Lambret et référente du Pôle Sport & Cancer de Lille.