

4 février – Journée Mondiale contre le Cancer

Avec « Mon Sport Santé 2.0 » et le lancement de l'étude clinique eMouvoir, le Centre Oscar Lambret assoit sa position de précurseur sur la pratique de l'activité physique et sportive pendant le traitement et le suivi après cancer

Reconnue comme une thérapeutique non-médicamenteuse par la Haute Autorité de Santé, l'activité physique adaptée fait aujourd'hui partie intégrante des soins de support en cancérologie. Précurseur, le Centre Oscar Lambret propose depuis 2016 un programme d'activité physique adaptée intégré au parcours de soin. Aujourd'hui, pour contourner les contraintes liées à la crise sanitaire, le Centre propose un programme 2.0 qui s'adapte à la situation sanitaire avec un programme de vidéos en ligne sur l'application Mon Oscar et des cours disponibles sur ZOOM. Les patients peuvent ainsi poursuivre une activité en toute sécurité, aller à leur rythme et éviter les déplacements. Les équipes du Centre ont également lancé eMouvoir, une étude de grande ampleur en association avec plus de 20 établissements de santé. Objectif : évaluer l'impact d'un accompagnement personnalisé et à distance de l'activité physique et sportive auprès de patientes dans l'après cancer du sein.

« L'activité physique fait partie intégrante du parcours de soin et constitue un pilier essentiel de la prise en charge en oncologie que ce soit pendant les traitements et après. Rester actif a de nombreux bienfaits, dont la réduction des effets secondaires et l'amélioration de la qualité de vie. Une activité physique régulière et dans la durée est associée à une réduction du risque de récurrence et de décès, notamment pour les cancers du sein et du côlon. Ce sujet est au cœur de nos préoccupations au Centre Oscar Lambret et nous sommes fiers de proposer le programme « Mon Sport Santé ». La sortie récente de différents décrets nous conforte dans cette action, nous permettant notamment de prescrire et de bénéficier d'une aide financière dans l'après-cancer. Il ne faut pas relâcher nos efforts : l'activité physique et sportive est ESSENTIELLE, de la prévention à l'après cancer ! »



Dr Laurence Vanlemmens, oncologue médicale et référente du programme

Mon Sport Santé

« Mon Sport Santé 2.0 », l'alternative du Centre Oscar Lambret pour le maintien d'une activité physique adaptée pendant son traitement

Dès le début des traitements, les patients du Centre Oscar Lambret peuvent pratiquer des séances d'activité physique collectives, ou individuelles si besoin, dans le cadre du programme « Mon sport santé ».

Les patients bénéficient de :

- **Un accompagnement, sur une durée de six mois, à raison de deux séances d'activité physique collectives par semaine.** Chaque patient est accompagné par un enseignant en activités physiques adaptées, spécifiquement formé à l'oncologie et aux effets secondaires du cancer.
- **Un suivi personnalisé et des bilans réguliers en concertation avec les équipes soignantes, à raison d'une consultation tous les trois mois.**

Cette prise en charge médico-sportive est **totale**ment gratuite.



Les premiers résultats de ce programme sont prometteurs. Pour 100% des 300 patients accompagnés, le gain de résistance et l'amélioration du bien-être est réel. Dès 6 mois, on constate des bénéfices sur les effets secondaires :

- Baisse significative de la fatigue et de la douleur à 3 et 6 mois
- Maintien ou augmentation de la masse musculaire et baisse de la masse grasse
- Gain sur la force, l'endurance et la souplesse

Depuis octobre 2020, le centre a lancé « Mon Sport Santé 2.0 », un programme qui s'adapte aux contraintes sanitaires en proposant une partie des séances via ZOOM. Le compromis idéal pour poursuivre la pratique du sport en toute sécurité !

« Compte-tenu du contexte, il nous a semblé primordial de garder le lien avec nos patients. Nous sommes donc ravis de pouvoir leur proposer des cours 2.0. Un format qui leur plaît beaucoup et pour lequel nous n'avons eu que des retours positifs : le programme permet d'aller à son rythme ; il est bien apprécié pour le renforcement musculaire, le cardio et les étirements. Ils jugent que la séance est complète et les patients souhaitent que cela dure dans le temps. Ils nous transmettent d'ailleurs déjà des suggestions pour améliorer l'expérience ! »

Hervé Mocaer, enseignant en activités physiques adaptées du programme Mon sport santé

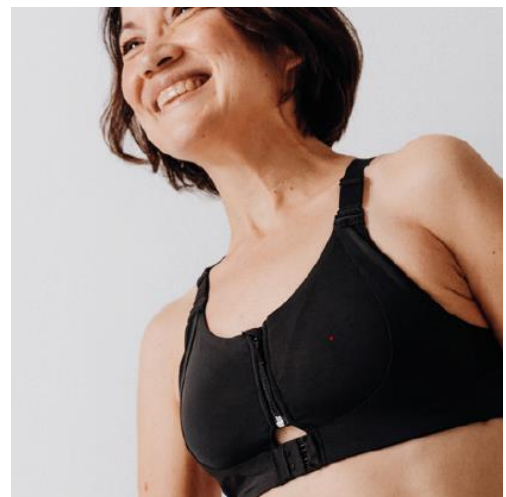
eMOUVOIR : une étude lancée par le Centre Oscar Lambret pour évaluer l'impact de l'activité physique

Depuis janvier 2021, le Centre a intégré les 20 premières patientes dans son étude eMOUVOIR. Initiée par le centre, cette étude se veut multicentrique. Elle sera réalisée en association avec plus de 20 Centres (Centre de Lutte Contre le Cancer, CHU, cliniques). Au total 1 380 patientes seront suivies pendant 1 an pour évaluer l'impact d'un accompagnement personnalisé et à distance de l'activité physique et sportive par un enseignant en activités physiques adaptées auprès de patientes dans l'après cancer du sein. L'essai eMOUVOIR est financé par l'Institut National du Cancer dans le cadre d'un Programme Hospitalier de Recherche Clinique (PHRC) et par la région Hauts-de-France.

Une brassière de sport co-créée avec Decathlon pour accompagner les patientes dans l'après-cancer

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 à la maladie et aux traitements. Les études prouvent que le sport diminue la fatigue, le sentiment d'isolement et l'image sur le corps.

Pour aller plus loin et permettre aux patients de se (re)mettre au sport, le Centre s'associe à Decathlon et co-crée une brassière de sport adaptée aux besoins des patientes soignées pour un cancer du sein. Disponible dès mars 2021 dans l'enseigne de sport, cette brassière JOGKOKOON+ a été



approuvée “dispositif médical” de par sa poche qui peut accueillir une prothèse externe et un décolleté qui sécurise le maintien de la prothèse. Une belle nouvelle gratifiant les trois années de recherche et de travail menées par 6 décathlioniens accompagnés de 15 collaborateurs ressources. 35 patientes suivies pour un cancer du sein et 6 professionnels de santé du Centre Oscar Lambret ont également participé à co-créeer le JOGKOKOON+.

A propos du Centre Oscar Lambret

Le Centre Oscar Lambret, créé en 1955, fait partie du groupe UNICANCER, qui réunit les 18 Centres de Lutte Contre le Cancer, établissements de santé privés d'intérêt collectif (ESPIC) exclusivement dédiés aux soins, à la recherche et à l'enseignement en cancérologie, et participant au service public hospitalier avec des tarifs conventionnels, sans aucun dépassement d'honoraires. Le Centre a été certifié par la Haute Autorité de Santé en septembre 2018. www.centreoscarlambret.fr

CONTACT PRESSE : Agence MCD_ Mot Compte Double

Emilie Van Durme - Tel. 07 87 94 96 11 - evandurme@motcomptedouble.fr

Khady Wade - Tel. 07 87 72 38 56 - kwade@motcomptedouble.fr