

Malgré ses bénéfices reconnus, l'Activité Physique Adaptée (APA) reste peu prescrite et peu pratiquée, en particulier en cas de cancer métastatique

Une enquête inédite réalisée par A+A sur « **Les leviers et freins à la pratique de l'activité physique adaptée chez des patients atteints de cancer métastatique** », menée auprès d'oncologues et de patients par un comité pluridisciplinaire à l'initiative de Pfizer Oncologie¹ et de la CAMI Sport & Cancer, souligne l'intérêt, tant de la part des patients que des oncologues, à recevoir de l'information sur l'APA.

Les bénéfices reconnus de l'activité physique pour les patients atteints de cancer

Lutte contre la fatigue, prévention de la fonte musculaire, lutte contre l'anxiété et la dépression, amélioration de l'estime de soi, meilleure tolérance des traitements : les bénéfices liés à la pratique d'une activité physique lors d'un cancer sont désormais reconnus². Cette reconnaissance a conduit l'INCa à l'intégrer, en 2016, au panier de **soins oncologiques de support**³, qui font partie intégrante de la prise en charge globale et personnalisée des patients, comme l'a souligné le Plan cancer (2014-2019) dans son objectif 7⁴. À l'instar d'autres traitements non médicamenteux, **l'activité physique peut d'ailleurs faire l'objet d'une prescription médicale depuis mars 2017**⁵, comme le recommande la Haute Autorité de Santé (HAS)².

« L'activité physique est une thérapeutique non médicamenteuse de faible coût mais d'apports multiples et importants permettant un retour à une meilleure qualité de vie en cours et au décours des soins. Elle est sécuritaire à la condition d'être suivie et mise en place par des intervenants formés. »

Thierry Bouillet, Département d'oncologie médicale, Hôpital Avicenne, APHP, co-fondateur et président de l'Association CAMI Sport & Cancer.

Des programmes d'activité physique adaptée (APA) ont été développés pour répondre aux besoins et contraintes spécifiques des personnes atteintes d'un cancer, avec une approche individualisée, encadrée par des professionnels qualifiés pour la prise en charge de ces patients.

L'activité physique, peu pratiquée par les personnes atteintes d'un cancer métastatique

Rares sont cependant les personnes atteintes d'un cancer métastatique à pratiquer une activité physique. S'il existe des contre-indications (fatigue extrême, anémie symptomatique, syndrome infectieux sévère...), les métastases en tant que telles n'en font pas partie si elles ne sont pas menaçantes^{6,7}. **Un bilan global est indispensable à toute prescription**, incluant une évaluation du niveau d'activité physique habituel du patient, de ses capacités physiques, cognitives et sensorielles, de ses préférences et motivations, ainsi que de ses freins éventuels².

Une enquête pour comprendre les motivations et les freins à la prescription/pratique d'une activité physique adaptée pour les oncologues et les patients

Entre le 24 octobre 2019 et le 31 mars 2020, une enquête nationale, réalisée par un comité scientifique pluridisciplinaire à l'initiative de Pfizer Oncologie et de la CAMI Sport & Cancer, a été lancée auprès de **308** patients atteints d'un cancer métastatique (**117** recrutés via l'association «CAMI Sport & Santé», **135** via leur médecin, **56** via l'association «Patients en réseau») et **60** oncologues.

Objectifs :

- **Évaluer** les connaissances de chacun en matière d'activité physique adaptée (APA),
- **Comprendre** leurs motivations et leurs freins à la pratique/prescription d'une APA
- **Identifier** les besoins couverts et non couverts.

L'APA : des bénéfices reconnus mais une activité peu prescrite

Si les bénéfices de l'activité physique chez les patients atteints d'un cancer, tout comme les recommandations de la HAS en la matière, sont bien connus des oncologues (80 %), ils sont pourtant peu nombreux à engager la discussion sur ce sujet, surtout en cas de métastases (53 %). Alors en prescrire... Seuls 11 % des oncologues interrogés le font systématiquement à ce stade du cancer. En tête des freins évoqués au conseil de l'activité physique ou sportive au stade métastatique : la fragilité des malades à ce stade de la maladie (45 %), leur âge (37 %), le manque de temps pour aborder le sujet (35 %).

pour les 60 oncologues interrogés



« La prescription d'activité physique adaptée reste malheureusement encore une démarche extrêmement personnelle et dépendante de chaque oncologue et de sa pratique. Pour ma part, c'est sur la base des données scientifiques publiées sur les bénéfices de cette pratique que je me suis intéressée aux modalités de prescription et aux circuits possibles d'adressage des patients, et que j'ai acquis les connaissances nécessaires pour pouvoir l'intégrer à la prise en charge que j'offre à mes patientes. Malheureusement, nous n'avons pas de formation spécifique dans ce domaine et l'ensemble de la communauté reste encore trop peu informé et formé à la prescription de cet outil thérapeutique pourtant si bénéfique. »

Mahasti SAGHATCHIAN, Oncologue à l'hôpital Américain et à l'Institut Gustave-Roussy.

Activité physique : seuls 49 % des 60 oncologues interrogés prescrivent au stade métastatique

L'enquête met par ailleurs en lumière le manque de notoriété des associations qui proposent des programmes APA (22% des médecins n'en connaissent aucune). Résultat : 1 oncologue sur 2 va jusqu'à la prescription au stade métastatique



« Accompagner les personnes vivant avec une maladie métastatique pour qu'elles poursuivent ou découvrent la pratique d'une activité physique adaptée, c'est essentiel pour leur qualité de vie ! »

Laure Gueroult Accolas, Directrice de l'association Patients en réseau

Le diagnostic du cancer : un frein fréquent à la pratique d'une activité physique

Parmi les 111 patients interrogés qui ne pratiquent pas d'activité physique, 45 % d'entre eux ne pratiquent plus depuis le diagnostic de leur cancer. Raison médicales (93 %), motifs personnels (51 %), problèmes organisationnels (27 %) sont invoqués pour justifier l'arrêt de la pratique.

pour les 45 patients concernés



Si un programme d'APA était mis en place près de chez eux, même si le médecin n'en parlait pas, 46% des patients ne pratiquant pas d'activité physique seraient prêts à s'y remettre

sur les 111 patients interrogés

« Un des principaux leviers est de structurer, d'organiser et de donner accès à l'activité physique adaptée, notamment par son remboursement selon des modalités à définir, compte tenu de son efficacité. »
Ivan Krakowski, président de l'AFSOS (Association Francophone pour les Soins Oncologiques de Support).

L'activité physique reste pourtant indispensable pour 2 patients sur 3 qui la pratiquent

sur les 197 patients interrogés qui pratiquent une activité physique

Près de la moitié (45%) de ceux qui pratiquent une activité physique malgré leur cancer faisaient déjà du sport bien avant. La marche reste l'activité privilégiée (57%), devant l'APA (50%), la gym en salle et la natation (20% chacune).



Dans 59% des cas, ils sont accompagnés par un encadrant. Leurs deux motivations majeures : lutter contre la fatigue et éprouver un mieux-être psychologique, bénéfiques que ressent 1 patient sur 2. Les patients interrogés considèrent d'ailleurs l'activité physique indispensable (65%), ou nécessaire pour les bénéfices qu'elle apporte (32%).

« Une pédagogie est nécessaire pour engager les patients à maintenir une activité physique qui fait partie intégrante de la prise en charge. »

Thierry Bouillet, Département d'oncologie médicale, Hôpital Avicenne, APHP, co-fondateur et président de l'Association CAMI Sport & Cancer.

Plus d'info pour tous !

L'enquête fait apparaître un intérêt réel à recevoir de l'information sur l'APA, tant de la part des patients que des oncologues. Les premiers voudraient connaître les activités physiques à privilégier/à éviter en fonction de la maladie, ainsi que les bénéfices à en attendre ; les seconds aimeraient en savoir davantage sur l'APA en cas de cancer métastatique, notamment d'un point de vue pratique (lieux où pratiquer une APA, types d'activité, aides à la prescription).

Patients & oncologues
sont intéressés à recevoir des informations
sur l'activité physique adaptée

« Les médecins ont besoin de disposer de fiches pratiques d'aide à la prescription ou d'ordonnances types »

Florence Joly, Médecin Oncologie Centre François-Baclesse, CHU Côte de Nacre, Caen



« Les associations de patients ont un rôle à jouer pour sensibiliser à la pratique de l'activité physique adaptée »

Jean-Marc Tahar, Administrateur de l'association A.R.Tu.R

C'est ce que font l'AFSOS, avec son site lavieautour.fr développé avec Pfizer Oncologie en 2014, qui géolocalise les associations proposant divers soins de support, et la CAMI Sport & Cancer, qui propose des séances de thérapie sportive encadrées dans une cinquantaine de sites (à l'hôpital et en ville, mais aussi dans les Maisons Rose de Bordeaux et de Paris) sur son site sportetcancer.com.

À propos de la CAMI Sport & Cancer

La CAMI Sport & Cancer est la première association qui développe et structure l'activité physique en cancérologie et en hématologie. Créée en 2000, elle est actuellement présente dans 27 départements, une trentaine d'hôpitaux et près de 80 villes en France, ce qui lui permet d'accompagner près de 3 500 patients par semaine et de bénéficier d'une reconnaissance médicale, institutionnelle et universitaire.

Afin de pouvoir accompagner chaque patient sur l'ensemble de son parcours de soins et de vie, la CAMI Sport & Cancer a développé un modèle d'intervention unique et novateur en trois phases complémentaires :

- 1- à l'Hôpital pour les patients en début ou en cours de traitement (au sein de « Pôles Sport & Cancer » mis en place dans des services d'Oncologie, d'Hématologie, d'Adolescents et Jeunes Adultes ou d'Hémo-Onco-Pédiatrie),
- 2- en Ville pour les patients en cours ou fin de traitement ou en début de rémission (grâce à des séances en ambulatoire),
- 3- dans des Clubs sportifs partenaires pour les patients en rémission complète (via un réseau de clubs partenaires dont les intervenants ont été sensibilisés).

Les programmes de la CAMI sont encadrés par des Praticiens en Thérapie Sportive : des experts, professionnels du sport et de la santé, tous détenteurs du Diplôme Universitaire « Sport et Cancer ». www.sportetcancer.com

À propos de Pfizer Oncologie

Pfizer Oncologie s'engage à poursuivre le développement de traitements innovants ayant un impact significatif sur la vie des patients atteints d'un cancer. Comptant parmi les leaders en oncologie, nous nous efforçons d'accélérer la mise à disposition de nos avancées thérapeutiques et contribuons ainsi à redéfinir le quotidien des patients. Notre solide pipeline de médicaments biologiques, de petites molécules et d'immunothérapie est spécifiquement axé sur l'identification des découvertes scientifiques les plus prometteuses et sur leur mise en œuvre clinique au profit des patients souffrant de divers types de cancer. En s'associant à des institutions académiques, des chercheurs indépendants, des groupes de recherche collaboratifs, des gouvernements et des partenaires agréés, Pfizer Oncologie vise à traiter et contrôler le cancer par des médicaments de pointe. Parce que Pfizer Oncologie est convaincu que la réussite en oncologie ne se mesure pas uniquement en termes de médicaments fabriqués, mais plutôt par les partenariats significatifs engagés pour exercer un impact plus positif sur la vie de chacun.

À propos de Pfizer

Des avancées qui changent la vie des patients

Chez Pfizer, nous nous appuyons sur la science et toutes nos ressources mondiales pour offrir aux patients des thérapies qui prolongent et améliorent considérablement leur vie. Nous recherchons la qualité, la sécurité et l'excellence dans la découverte, le développement et la production de nos médicaments et vaccins. Chaque jour, dans les pays développés comme dans les pays émergents, les collaborateurs de Pfizer sont engagés pour faire progresser le bien-être, la prévention et les traitements contre les maladies les plus graves de notre époque. Conformément à notre responsabilité en tant que leader des industries biopharmaceutiques, nous collaborons avec les professionnels de santé, les gouvernements et les populations locales pour soutenir et élargir l'accès à des solutions de santé fiables et abordables partout dans le monde. Depuis 170 ans, nous nous efforçons de faire la différence pour tous ceux qui comptent sur nous.

Pour en savoir plus sur nos engagements, vous pouvez visiter notre site internet : «<http://www.pfizer.fr>» www.pfizer.fr et nous suivre sur Twitter : @Pfizer_France.

Contacts Presse

Pfizer - Céline PERRIN
celine.perrin@pfizer.com
01 58 07 31 58
@Pfizer_France
www.pfizer.fr

COMM Santé - Anouk Dupré
anouk.dupre@comm-sante.com
07 62 59 25 53
@COMMSante
www.comm-sante.com

Références

1. Enquête menée entre le 24 octobre 2019 et le 31 mars 2020, auprès de 60 oncologues médicaux (dont 50% avec une activité majoritaire dans la prise en charge du cancer du sein), ont été interrogés via un questionnaire papier. En parallèle, 308 patients recrutés, par leur oncologue (n=135), ou par les associations partenaires (n=173), ont complété un questionnaire « en miroir administré par papier ou internet. Comité scientifique composé d'Ivan Krakowski, Thierry Bouillet, Florence Joly, Mahatsi Saghatchian, Laure Guéroult-Accolas et Jean-Marc Tahar.
2. Prescription d'activité physique et sportive - Cancers : sein, colorectal, prostate. HAS, Octobre 2018. Consulté le 23 juillet 2020
3. Axes opportuns d'évolution du panier de soins oncologiques de support – INCA - Octobre 2016. Consulté le 23 juillet 2020
4. Plan Cancer (2014-2019), objectif 7. 6ème rapport au Président de la République. Mars 2020. Institut National du Cancer. Consulté le 23 juillet 2020
5. Décret n°2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée. Légifrance. Consulté le 23 juillet 2020
6. Heywood R, McCarthy AL, Skinner TL. Efficacy of Exercise Interventions in Patients With Advanced Cancer: A Systematic Review. Arch Phys Med Rehabil. 2018 Dec. 99(12):2595-2620. Consulté le 23 juillet 2020
7. Heywood, R., McCarthy, A.L. & Skinner, T.L. Safety and feasibility of exercise interventions in patients with advanced cancer: a systematic review. Support Care Cancer 25, 3031–3050 (2017). Consulté le 23 juillet 2020