



# Bulletin de veille documentaire n°08 - décembre 2018



## Édito

Après un septième bulletin de veille documentaire généraliste très riche, celui proposé aujourd'hui est consacré à la thématique cancer et APS.

La dizaine de références récentes présentées rend compte de l'actualité des publications en ce domaine. Les articles démontrent l'impact de l'activité physique sur la qualité de vie et la condition physique. Au-delà du socle scientifique établi notamment par l'INCA, le guide de l'Haute autorité de santé (HAS), le médocosport-santé du CNOSF et le rapport du 1er Workshop Activité Physique et Cancer (Tous ensemble pour le bénéfice des patients à l'initiative de la SFP APA) montrent la large implication des acteurs de terrain dans la prise en charge de l'exercice physique et sportif pour les personnes atteintes de cancer. Les vidéos relatent la pratique d'activités physiques adaptées pendant la phase de traitement au travers du témoignage d'une patiente et de la présentation d'un espace dédié, en hôpital de jour.

Avec le plaisir de vous donner à lire ce huitième bulletin, l'équipe du Pôle Ressources National Sport Santé Bien-Être vous souhaite de très agréables fêtes de fin d'année

Jacques BIGOT, Responsable du Pôle Ressources National Sport Santé Bien-Être



## Sommaire

- Plan "politique de santé" et Recommandations
- Études et rapports
- Publications académiques ou scientifiques
- Sources et ressources "public spécialisé"
- Sources et ressources "grand public"

## Abonnement

Ce bulletin de veille documentaire paraît 5 fois par an. Inscrivez-vous pour le recevoir par courriel.

[S'abonner](#)

## Plan "politique de santé" et Recommandations

### Plan cancer 2014-2019

- *Plan cancer 2014-2019*, 2014. [en ligne]. Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Santé. Disponible à l'adresse : [http://social-sante.gouv.fr/IMG/pdf/2014-02-03\\_plan\\_cancer-2.pdf](http://social-sante.gouv.fr/IMG/pdf/2014-02-03_plan_cancer-2.pdf)

« Ce 3ème Plan cancer met l'accent sur la prévention et le dépistage, deux leviers majeurs pour prévenir et faire reculer la maladie, en insistant sur la lutte contre les inégalités de santé. Il prévoit également d'adapter notre système de santé pour permettre à chacun de bénéficier de la même qualité de soins et des progrès de la recherche. » (Présentation éditeur)

L'activité physique apparaît dans l'objectif 8 "Réduire les risques de séquelles et de second cancer" et dans l'objectif 11 "Donner à chacun les moyens de réduire son risque de cancer".

1 fichier .pdf (1,3 Mo ; 152 p.)

[Le document](#)

### Guide pour la promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes

- *Guide pour la promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique et sportive pour la santé chez les adultes*, 2018. [en ligne]. Haute autorité de santé (HAS). Disponible à l'adresse : [https://www.has-sante.fr/portail/jcms/c\\_2876862/fr/promotion-consultation-et-prescription-medicale-d-activite-physique-et-sportive-pour-la-sante](https://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_2876862/fr/promotion-consultation-et-prescription-medicale-d-activite-physique-et-sportive-pour-la-sante)

« La HAS publie un guide pratique pour la « promotion, consultation et prescription médicale d'activité physique (AP) et sportive pour la santé chez les adultes », accompagné de référentiels d'aide à la prescription par pathologie. Objectif : permettre aux médecins de prescrire de l'activité physique aux personnes atteintes de maladies chroniques ou présentant un état de santé (avancée en âge, grossesse, etc.) pour lesquels les bénéfices de l'activité physique sont reconnus. L'activité physique (AP) a des effets bénéfiques sur la santé, la condition physique et le maintien de l'autonomie à tous les âges de la vie. Une AP régulière permet de prévenir de nombreuses maladies chroniques (maladies cardio et cérébrovasculaires, diabète de type 2, obésité, dépression, cancers, etc.). Elle est aussi, dans ces maladies, une thérapeutique à part entière seule ou en association avec un traitement médicamenteux. » (Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (1,5 Mo ; 109 p.)

[Le document](#)

## APS et cancer (le Médicosport-santé)

- BOUILLET, Thierry et DESCOTES, Jean-Marc, 2018. APS et cancer. In : *Le médicosport-santé, le dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives* [en ligne]. CNOSF. pp. 28-43. Disponible à l'adresse : <http://cnosf.franceolympique.com/cnosf/fichiers/File/Medical/Medicosport/medicosport-sante.pdf>

« Le Médicosport-santé est un dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives qui recense les caractéristiques physiques, physiologiques et mentales de chaque discipline sportive ainsi que les conditions de pratique dans le cadre du sport-santé (prévention primaire, secondaire et tertiaire). À ce jour, 45 fédérations sportives ont intégré le dispositif. Cet ouvrage initié par la commission médicale du CNOSF, sous l'impulsion de son président le Dr. Alain CALMAT, a fait l'objet d'une convention avec le groupe VIDAL visant à assurer la diffusion de son contenu et ses mises à jour sous forme numérique, en particulier auprès des professionnels de santé. Dans un premier temps, ces contenus sont accessibles à l'ensemble des professionnels de santé sur le site [vidal.fr](http://vidal.fr). Une version mobile est à l'étude. L'objectif des experts associés à la réalisation de ce projet est de permettre aux médecins d'être rapidement renseignés sur les caractéristiques, les bénéfices et les risques liés aux disciplines envisagées, et les aider à prescrire ou préconiser des activités sportives, conformément aux possibilités offertes par la loi de modernisation de notre système de santé. La qualité des programmes fédéraux est assurée par le Comité Médicosport-santé du CNOSF, composé d'experts en médecine, santé publique, kinésithérapie et sciences et techniques des activités physiques et sportives (STAPS). Il en assure l'évaluation et la validation. »

(Présentation éditeur)

1 fichier .pdf (9 Mo ; 678 p.)

[Le document](#)

## Études et rapports

### Cinq ans après un diagnostic de cancer : rapport

- Cinq ans après un diagnostic de cancer : rapport, 2018. [en ligne]. INCA. Disponible à l'adresse : <http://www.e-cancer.fr/Presse/Dossiers-et-communicues-de-presse/Cinq-ans-apres-un-diagnostic-de-cancer-la-qualite-de-vie-et-la-situation-en-emploi-restent-fortement-degrades>

« Plus de 3 millions de personnes en France vivent aujourd'hui avec un cancer ou en ont guéri. Si le nombre de nouveaux cas diagnostiqués chaque année augmente, les progrès réalisés dans le diagnostic et les traitements ont permis de faire reculer la mortalité par cancer. La maladie demeure une épreuve difficile pour les personnes touchées, tant au plan physique que psychologique. Elle est aussi synonyme de ruptures dans la vie sociale et professionnelle. Afin d'étudier l'évolution de l'impact dans le temps de la maladie sur le quotidien des personnes atteintes de cancer, l'Institut national du cancer a souhaité prolonger l'enquête sur la vie deux ans après un diagnostic de cancer (VICAN2) menée en 2012. Réalisée par l'Inserm (équipe de recherche UMR 1252-SESSTIM), cette étude explore, cinq ans après un diagnostic de cancer, l'état de santé, les séquelles et le suivi, les difficultés rencontrées au quotidien mais aussi l'impact de la maladie et des traitements sur les ressources et l'emploi. Ses résultats seront discutés lors d'un colloque le 20 juin à Paris. »

Les p. 278-298 sont consacrées à la prévention tertiaire dont l'alimentation et l'activité physique.

1 fichier .pdf (7,1 Mo ; 364 p.)

[Le document](#)

### Activité physique et cancers : des bénéfices prouvés pendant et après les traitements

- *Activité physique et cancers : des bénéfices prouvés pendant et après les traitements*, 2017. [en ligne]. INCA. Disponible à l'adresse : <http://www.e-cancer.fr/Professionnels-de-sante/Facteurs-de-risque-et-de-protection/Activite-physique/Activite-physique-et-traitement-des-cancers>

« De plus en plus d'études démontrent les bénéfices de l'activité physique en prévention tertiaire, notamment pour les patients atteints de cancers. Les professionnels de santé ont un rôle important à jouer sur l'engagement des patients dans la mise en place d'exercices physiques adaptés à leur état clinique. - Bénéfices pendant et après les traitements - Quelles actions auprès de vos patients ? - Contre-indications et adaptations nécessaires - Repères pour votre pratique. [...]»

L'Institut [national du cancer] publie un état des lieux des connaissances sur les bénéfices de l'activité physique chez les patients atteints de cancer. Ce rapport et sa synthèse donnent également des clés pratiques aux professionnels de santé pour l'instauration ou le maintien d'une activité physique pendant et après un cancer.» (Présentation éditeur)

2 fichiers .pdf (4,5 Mo ; 210 p.) (405 Ko ; 16 p.)

[Rapport](#) [Synthèse](#)

## Publications académiques ou scientifiques

### Activité physique et cancer

- BEUCHAT-MAMIE, Stephanie, SPERISEN, Nicolas, MOLNAR, Pierre et KOÇER, Serdar, 2018. Activité physique et cancer. *Praxis*. août 2018. Vol. 107, n° 17-18, pp. 965-970. DOI 10.1024/1661-8157/a003064.

« Cet article a comme objectif de faire une synthèse de la littérature concernant le rôle de l'activité physique chez les patients traités d'un cancer et de proposer des programmes d'exercices à partir des études et recommandations. L'évolution de la médecine avec amélioration des moyens de diagnostic précoce et des traitement a permis d'augmenter le nombre de patients qui survivent au cancer. Parallèlement à cette évolution Il faut aussi améliorer la qualité de vie de ces patients. Dans les différentes étapes de la maladie l'activité physique a un rôle important à jouer avec ses effets bénéfiques sur la fatigue, la condition physique, l'humeur etc. La collaboration entre les acteurs du système de santé, l'information et l'éducation des patients constituent la clé du succès dans cette prise en charge pluridisciplinaire. »

(Présentation auteur)

[En ligne \(accès restreint\)](#)

## Barriers and facilitators of exercise experienced by cancer survivors: a mixed methods systematic review

- CLIFFORD, Briana K., MIZRAHI, David, SANDLER, Carolina X., BARRY, Benjamin K., SIMAR, David, WAKEFIELD, Claire E. et GOLDSTEIN, David, 2018. Barriers and facilitators of exercise experienced by cancer survivors: a mixed methods systematic review. *Supportive Care in Cancer* [en ligne]. mars 2018. Vol. 26, n° 3, pp. 685-700. DOI 10.1007/s00520-017-3964-5. Disponible à l'adresse : <http://link.springer.com/10.1007/s00520-017-3964-5>

« Purpose Exercise has been shown to improve the health and well-being of people who have survived cancer. Yet, less than 40% of cancer survivors in Australia meet the recommended 150 min of moderate-intensity physical activity per week. Our objective was to systematically review the literature regarding barriers, facilitators and preferences for exercise for survivors of cancer. Method MEDLINE, EMBASE, CINAHL, PsycINFO and Scopus were searched for qualitative and quantitative articles addressing barriers, facilitators and preferences for exercise in cancer survivors. Quality assessment was performed by two independent reviewers using the Mixed Methods Appraisal Tool. Thomas and Harden's method of thematic synthesis was used to amalgamate qualitative data while descriptive statistics were used to collate quantitative data. Results Nineteen studies were included (9 qualitative and 10 quantitative). Persisting treatment-related side effects was the most commonly reported barrier to initiating or maintaining exercise, followed by lack of time and fatigue. The most common facilitators of exercise were gaining a feeling of control over their health as well as managing emotions and mental well-being, while the preferred method of exercise was walking. We also identified a lack of useful information provided to survivors regarding exercise. Conclusion Treatment-related side effects, lack of time and fatigue were key barriers to exercise for survivors of varied cancer types. Insufficient patient education may contribute to the belief that exercise is not helpful when experiencing side effects of treatment, including fatigue. Identifying barriers and facilitators leads to improved support and education from health professionals which is required to provide safe and effective exercise recommendations for survivors. » (Présentation auteur)

En ligne (accès restreint)

## Changes in inflammation and insulin pathways mediate the association between resistance training and breast cancer survival: PERSPECTIVES: Research in Context

- FILLON, Mike, 2018. Changes in inflammation and insulin pathways mediate the association between resistance training and breast cancer survival: PERSPECTIVES: Research in Context. *CA: A Cancer Journal for Clinicians* [en ligne]. mai 2018. Vol. 68, n° 3, pp. 175-177. DOI 10.3322/caac.21422. Disponible à l'adresse : <http://doi.wiley.com/10.3322/caac.21422>

"Key Points : Changes in biomarkers reflecting inflammation and insulin-related pathways help to explain why resistance exercises are beneficial for survivors of breast cancer, and should be safely added to stretching and aerobics routines. In addition to fitness measures, resistance exercises also may improve mood, sleep, and other quality-of-life measures." (Présentation auteur)

1 fichier .pdf (708 Ko ; 3 p.)

En ligne

## Sources et ressources "public spécialisé"

### Bénéfices de l'activité physique chez les patients atteints de cancer : état des connaissances

- Bénéfices de l'activité physique chez les patients atteints de cancer : état des connaissances, 2018. *La Santé en action* [en ligne]. N° 445, pp. 9. Disponible à l'adresse : [http://inpes.santepubliquefrance.fr/SLH/pdf/articles/445/benefices-activite-physique\\_patients-cancer.pdf](http://inpes.santepubliquefrance.fr/SLH/pdf/articles/445/benefices-activite-physique_patients-cancer.pdf)

"Oncologues et médecins référents doivent être sensibilisés à la prescription d'activité physique durant le parcours de soins." (Présentation auteur)

En ligne

### L'activité physique, thérapeutique pour les patients ayant un cancer

- L'activité physique, thérapeutique pour les patients ayant un cancer, 2018. *La Santé en action* [en ligne]. N° 445, pp. 7-8. Disponible à l'adresse : <http://inpes.santepubliquefrance.fr/SLH/pdf/articles/445/activite-physique-therapeutique-patients-cancer-ginsbourger.pdf>

« Entretien avec Thomas Ginsbourger, coordonnateur national des pôles Sport & Cancer de l'association CAMI Sport & Cancer, membre associé au Centre de recherches en sciences sociales, sports et corps (Cresco), faculté des sciences du sport, université Paul Sabatier Toulouse 3. » (Présentation auteur)

En ligne

### L'exercice, plus et mieux qu'un soin de support du cancer, à condition de l'adapter au cas par cas

- BOUILLIEZ, Dominique-Jean, 2018. L'exercice, plus et mieux qu'un soin de support du cancer, à condition de l'adapter au cas par cas. *JIM.fr* [en ligne]. 31 octobre 2018. Disponible à l'adresse : [http://www.jim.fr/e-docs/lexercice\\_plus\\_et\\_mieux\\_quun\\_soins\\_de\\_support\\_du\\_cancer\\_a\\_condition\\_de\\_ladapter\\_au\\_cas\\_par\\_cas\\_174489/document\\_actu\\_con.phtml](http://www.jim.fr/e-docs/lexercice_plus_et_mieux_quun_soins_de_support_du_cancer_a_condition_de_ladapter_au_cas_par_cas_174489/document_actu_con.phtml)
- WISKEMANN, Joachim, HUMMLER, Simone, DIEPOLD, Christina, KEIL, Melanie, ABEL, Ulrich, STEINDORF, Karen, BECKHOVE, Philipp, ULRICH, Cornelia M., STEINS, Martin et THOMAS, Michael, 2016. POSITIVE study: physical exercise program in non-operable lung cancer patients undergoing palliative treatment. In : *BMC Cancer* [en ligne]. 19 juillet 2016. Vol. 16, n° 1, p. 499. DOI 10.1186/s12885-016-2561-1. Disponible à l'adresse : <https://doi.org/10.1186/s12885-016-2561-1>.
- ANON., 2018. Regular exercise should be part of cancer care for all patients [ESMO 2018 Press Release]. In : [en ligne]. octobre 2018. Disponible à l'adresse : <https://www.esmo.org/Press-Office/Press-Releases/physical-exercise-QOL-chemotherapy-sports-cancer-DiMeglio-Vanlemmens>.

"Plusieurs études sur les bénéfices potentiels de l'exercice physique ont été présentées à cet ESMO. Elles montrent toutes un bénéfice sur l'évolution des symptômes, mais aussi sur la qualité de vie et le pronostic... Sous conditions." (Présentation auteur)

En ligne (accès restreint)

## Rapport du 1er Workshop Activité Physique et Cancer : tous ensemble pour le bénéfice des patients

- FOUCAUT, Aude-Marie, 2018. *Rapport du 1er Workshop Activité Physique et Cancer : tous ensemble pour le bénéfice des patients* [en ligne]. 2018. Disponible à l'adresse : <https://www.sfp-apa.fr/dossiers/workshop-national-activite-physique-et-cancer.html>

« Le premier workshop national « Activité physique et cancer : tous ensemble pour le bénéfice des patients » avait pour objectif de constituer la première communauté pluridisciplinaire autour de l'activité physique en cancérologie. L'intérêt du patient a été au cœur des réflexions afin d'aborder des perspectives de solutions concrètes et appropriées. Les résultats des réflexions des participants lors de la journée et les perspectives de ce travail collaboratif sont présentés dans le Rapport du Workshop. Déroulement : - Des ateliers en groupe selon le parcours de soin ou les situations spécifiques rencontrées en cancérologie, avec une répartition volontaire des participants sur inscription préalable ; - Une méthodologie participative originale ; - Des discussions communes lors des synthèses ; - Des moments d'échanges conviviaux lors des pauses café et déjeuner ; - Un engagement des participants dès l'inscription par l'acceptation d'une charte ; - Un engagement commun pour la suite à donner au workshop. » (Présentation éditeur)

2 fichiers .pdf (5,3 Mo ; 72 p.) (1,3 Mo ; 23 p.)

[Document](#) [Synthèse](#)

## Sources et ressources "grand public" : articles de presse et vidéo

### Activité Physique Adaptée en Hôpital

- CENTRE LÉON BÉRARD, 2018. *Activité Physique Adaptée en Hôpital de Jour - Reportage* [en ligne]. novembre 2018. Disponible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=OwkUFgU7umM>
- CENTRE LÉON BÉRARD, 2017. *Activité physique adaptée pendant un cancer : le témoignage d'une patiente* [en ligne]. 2017. Disponible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=dGqRFXQzyDE>
- CENTRE LÉON BÉRARD, 2017. *Activité physique adaptée pendant un cancer pour les adolescents et jeunes adultes* [en ligne]. 2017. Disponible à l'adresse : <https://www.youtube.com/watch?v=3SE0OunJxck>

Le centre de lutte contre le cancer de Lyon et de Rhône-Alpes Léon Bérard propose des activités physiques adaptées aux malades. Retrouvez 3 courtes vidéos présentant les programmes APA. « Magali Dubois, enseignante en activité physique adaptée, présente le programme d'activité physique adaptée proposé en hôpital de jour au Centre Léon Bérard à Lyon. Ce dispositif original et unique permet d'accompagner nos patients et de leur proposer des exercices simples et ludiques d'activité physique adaptée durant leur temps d'attente avant les traitements. »

"Continuer l'activité physique durant un cancer est essentiel, tant pour la réduction des effets secondaires (comme la fatigue) que pour la prévention d'un second cancer." (Présentations éditeur)

[Vidéo 1](#) [Vidéo 2](#) [Vidéo 3](#)

### Le sport, le meilleur antifatigue lors des traitements contre le cancer

- SANTI, Pascale, 2018. *Le sport, le meilleur antifatigue lors des traitements contre le cancer. Le Monde, cahier Science et médecine.* 27 juin 2018. pp. 6. Disponible à l'adresse : [https://www.lemonde.fr/sciences/article/2018/06/27/le-sport-le-meilleur-antifatigue-lors-des-traitements-contre-le-cancer\\_5322128\\_1650684.html](https://www.lemonde.fr/sciences/article/2018/06/27/le-sport-le-meilleur-antifatigue-lors-des-traitements-contre-le-cancer_5322128_1650684.html)

« L'activité physique soutenue et régulière est le meilleur moyen de lutter contre l'épuisement liée à la chimiothérapie ou à l'immunothérapie. » (Présentation auteur)

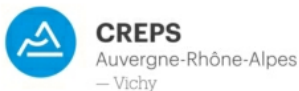
[En ligne \(accès restreint\)](#)

### L'aviron, sport engagé dans la lutte contre le cancer

- SANTI, Pascale, 2018. *L'aviron, sport engagé dans la lutte contre le cancer. Le Monde, cahier Science et médecine.* 17 octobre 2018. pp. 6. Disponible à l'adresse : [https://www.lemonde.fr/sciences/article/2018/10/18/l-aviron-sport-engage-dans-la-lutte-contre-le-cancer\\_5371357\\_1650684.html](https://www.lemonde.fr/sciences/article/2018/10/18/l-aviron-sport-engage-dans-la-lutte-contre-le-cancer_5371357_1650684.html)

« La Fédération française d'aviron, qui compte quelque 45 000 licenciés et 430 clubs, s'est dotée d'un programme spécifique « aviron santé ». » (Présentation auteur)

[En ligne \(accès restreint\)](#)



Retrouvez-nous sur le site Internet du pôle ressources

Actualité, agenda, ressources documentaires, information du réseau...

[Cliquez](#)



**Pôle Ressources National Sport Santé Bien-Être**  
CREPS Auvergne Rhône-Alpes / Vichy  
2 route de Charmeil - BP 40013  
03321 BELLERIVE-SUR-ALLIER Cedex  
04 70 59 52 79  
[pole-sante@creps-vichy.sports.gouv.fr](mailto:pole-sante@creps-vichy.sports.gouv.fr)  
[pole-sante.creps-vichy.sports.gouv.fr](http://pole-sante.creps-vichy.sports.gouv.fr)



Directeur de la publication : Jacques Bigot | Création graphique : Christelle Bayon  
Crédit photos : CanStockPhoto | CREPS Vichy Auvergne

[Version en ligne](#) | [Vie privée et mentions légales](#)

©2018 Pôle Ressources National Sport-Santé-Bien-Être. Tous droits réservés.