

09 oct 2012 -02:10

Les traitements lourds contre le cancer : pas de raison d'arrêter de bouger

Les patients atteints d'un cancer doivent souvent faire face à un traitement lourd. Pour rendre plus supportable cette période difficile, des thérapies de soutien existent telles que le traitement contre la douleur, le soutien psychosocial, l'adoucissement des effets secondaires et les exercices physiques. Le Centre Fédéral d'Expertise des Soins de Santé (KCE) va évaluer, à travers une série de 4 rapports, quelles sont les thérapies présentant un bénéfice scientifiquement prouvé, et ce pour tous les types de cancer. Pour ce premier rapport, le KCE s'est penché sur les exercices physiques pratiqués pendant ou juste après un traitement par chimiothérapie et/ou radiothérapie. Le KCE s'est penché sur les exercices physiques pratiqués pendant ou juste après un traitement par chimiothérapie et/ou radiothérapie.

Quels sont les exercices physiques visés?

Par exercice physique on entend n'importe quel type de mouvement du corps, réalisé régulièrement au cours d'un certain laps de temps. Il peut s'agir de marche, de vélo, de natation ou de fitness mais aussi d'exercices initiés sous la supervision d'un thérapeute, que le patient poursuit ensuite individuellement.

Pas d'effet prouvé, mais aucun danger non plus pour le patient

Pour la plupart des cancers, il n'y a aucune preuve scientifique fiable démontrant que tel ou tel type d'exercice physique aurait un effet plus favorable sur la qualité de vie, la fatigue ou l'endurance du patient. D'un autre côté, aucun effet négatif n'a pu également être démontré et il semble que l'exercice physique ne soit pas dangereux pour le patient cancéreux. Face à ce manque de preuves fiables, le KCE plaide pour la mise sur pied de grandes études de qualité.

Entretemps, il n'y a aucune raison de croire que la recommandation générale de bouger beaucoup ne s'appliquerait pas pendant un traitement anticancéreux lourd. Une personne sous chimiothérapie ou radiothérapie ne doit donc pas arrêter ses balades en vélo ou ses promenades avec le chien pendant son traitement, si cela lui fait du bien.

Centre Fédéral d'Expertise des Soins de Santé
Centre Administratif du Botanique, Door Building (10ème étage)
Boulevard du Jardin Botanique 55
1000 Bruxelles
Belgique
+32 2 287 33 88 (nl) / +32 2 287 3354 (fr)
<http://kce.fgov.be>

Gudrun Briat
Communication scientifique
+32 475 274 115
press@kce.fgov.be