

# Atelier « Bouger pour la vie »



## La pratique d'activités physiques PENDANT et APRÈS les traitements contre le cancer

**Bastarache, Guillaume**, kinésologue, B.Sc.

Service de kinésiologie de la Fondation Virage – Centre hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM)

**Brisson, Isabelle**, kinésologue, B.Sc., D.E.S.S. en Gestion et développement organisationnel de la santé

Service de kinésiologie de la Fondation Virage – Centre hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM)

**Desbiens, Sylvie**, Assistante chef des infirmières pivot en oncologie au CHUM



# Plan de la présentation

- Offre de service / étude de cas
- Notre place au CHUM et dans la trajectoire des soins
- Formations initiales et continues pertinentes
- Appuis nécessaires et obstacles à surmonter
- Indicateurs à analyser et rétroactions subséquentes

# Offre de service

Interventions	Groupe	Individuel
Conférence d'introduction « L'adoption d'un mode de vie sain »	1	1
<b>Évaluation de la condition physique</b>	2	1
Programme d'exercices + suivi (pour à la maison)	1	2
Cours en groupe <b>POST</b> tx 8 semaines - 3x/semaine	24 séances (1h)	-
Cours en groupe <b>PENDANT</b> tx Durée illimitée	Indéterminé (selon la durée des tx)	-
Suivi téléphonique à 3 mois post programme	1	1
Document ressources externes	1	1

# L'évaluation

- Recensement du dossier médical (aide de l'infirmière au besoin)
- Rencontre avec le/la patient(e)
  - ✓ État de santé/cancer
  - ✓ État de santé global
  - ✓ Autorisation médicale requise? (Oui Arrêt de l'évaluation jusqu'à l'obtention.)
  - ✓ Niveau d'AP du pt
  - ✓ Tests force endurance/musculaire/amplitude selon pt
  - ✓ Enseignement recommandations de base
  - ✓ Plan d'action

# Étude de cas : L'évaluation de Madame X

- Appel de Madame X 07 mars 2014
- Pré-évaluation au téléphone :
  - ✓ cancer du sein droit dx décembre 2013;
  - ✓ mastectomie totale;
  - ✓ actuellement en traitement de chimiothérapie, fin prévue 30 mai 2014;
  - ✓ radiothérapie à venir;
  - ✓ souhaite demeurer active pendant ses tx;
  - ✓ intéressée par la remise en forme via les cours de groupe;
  - ✓ faible niveau d'AP avant la maladie

# Étude de cas : L'évaluation de Madame X

- Lors de l'évaluation :
  - ✓ non-métastatique,
  - ✓ multiples FR à la MCV,
  - ✓ difficulté importante avec la mobilité de son bras droit
  - ✓ Niveau d'AP faible avant le dx de la maladie

**Pouvons-nous entreprendre  
l'entraînement avec Madame X?**

# Offre de service

Interventions	Groupe	Individuel
Conférence d'introduction « L'adoption d'un mode de vie sain »	1	1
Évaluation de la condition physique	2	1
Programme d'exercices + suivi (pour à la maison)	1	2
Cours en groupe POST tx 8 semaines - 3x/semaine	24 séances (1h)	-
<b>Cours en groupe PENDANT tx</b> <b>Durée illimitée</b>	Indéterminé (selon la durée des tx)	-
Suivi téléphonique à 3 mois post programme	1	1
Document ressources externes	1	1

# Entraînement PENDANT tx



# Trajectoire de soins

Diagnostic

Plan de traitements  
par l'équipe de soins  
du CHUM

Recommandations /  
équipe de soins  
Publicité Fondation  
Demeurer actif  
PENDANT et APRES  
les tx

"Bouger  
pour la  
vie"

# La trajectoire des soins

- Provenance des références : les services professionnels, les médecins traitants, les IPO = en croissance
  - ✓ Pendant ou après les tx
- Initiative du patient (publicité Virage)
  - ✓ Peut exiger une autorisation médicale à la suite de l'évaluation initiale
- Possibilité de suivi tout au long des traitements
- Suivi 3 à 12 mois à la fin des traitements (selon les besoins)
- Option de réintégrer le service en cas de récurrence

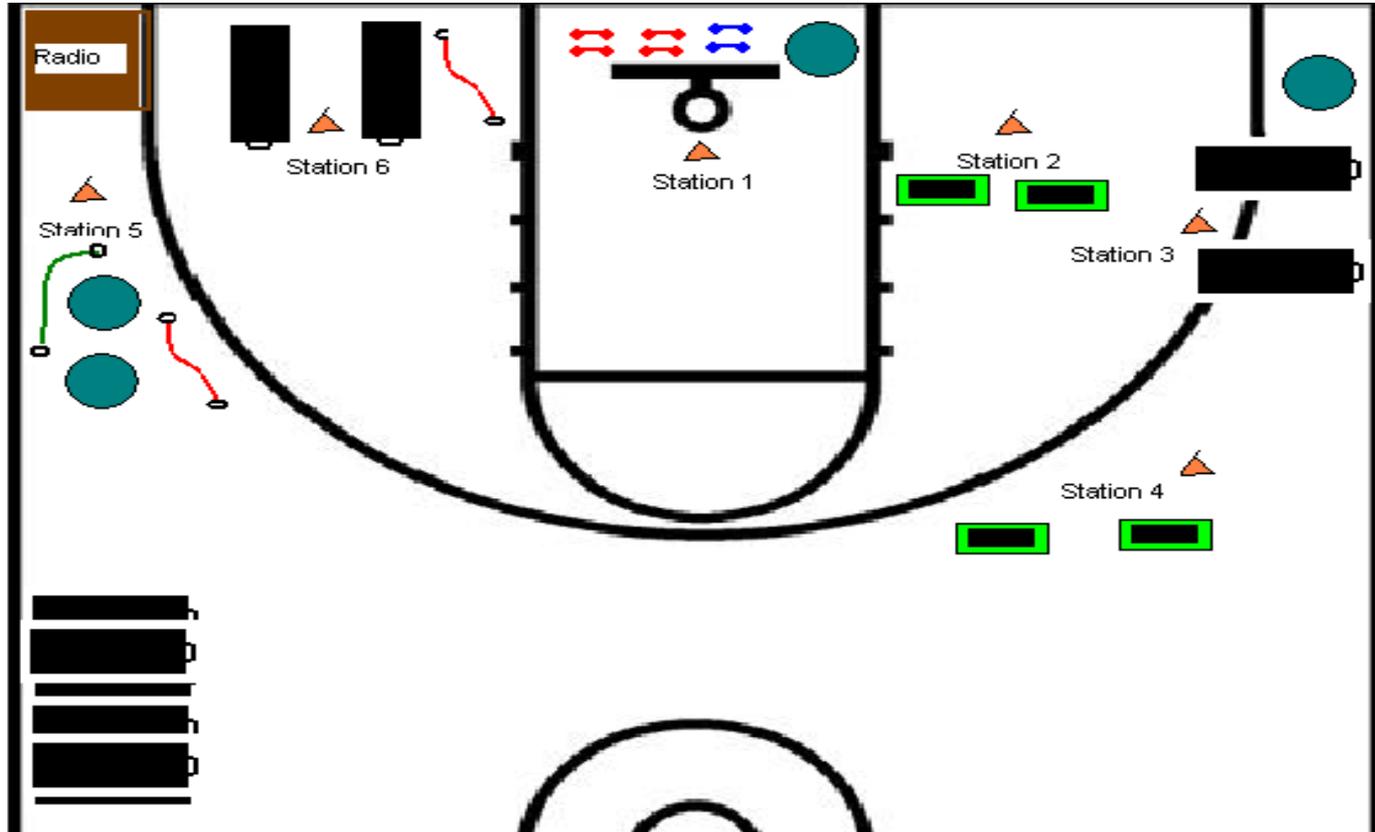
# Pouvons-nous entraîner Madame X?

- Autorisation médicale requise pour ses FR à MCV
  - ✓ Possibilité que son md traitant demande une évaluation en cardiologie avant le début l'entraînement
- Collaboration avec le service de physiothérapie pour aider à retrouver la mobilité de son bras avant ses traitements de radiothérapie.
- Réception de l'autorisation médicale (1 à 2 semaines)
  - ✓ Début de l'entraînement avec le groupe PENDANT tx en parallèle avec ses tx de chimiothérapie et de physiothérapie 24 mars 2014.

# Offre de service

Interventions	Groupe	Individuel
Conférence d'introduction « L'adoption d'un mode de vie sain »	1	1
Évaluation de la condition physique	2	1
Programme d'exercices + suivi (pour à la maison)	1	2
<b>Cours en groupe POST tx 8 semaines - 3x/semaine</b>	24 séances (1h)	-
Cours en groupe PENDANT tx Durée illimitée	Indéterminé (selon la durée des tx)	-
Suivi téléphonique à 3 mois post programme	1	1
Document ressources externes	1	1

# Entraînement POST tx



# Fin des traitements de Madame X

- Madame X connaît maintenant son plan de tx en radiothérapie : 4 semaines 5x/semaine du 7 juillet au 1<sup>er</sup> août 2014
- Intégration au cours de groupe POST tx lors du prochain cours disponible
  - ✓ Cours post tx du 7 septembre au 31 octobre 2014 à raison de 3 x/semaine

# Offre de service

Interventions	Groupe	Individuel
Conférence d'introduction « L'adoption d'un mode de vie sain »	1	1
Évaluation de la condition physique	2	1
Programme d'exercices + suivi (pour à la maison)	1	2
Cours en groupe POST tx 8 semaines - 3x/semaine	24 séances (1h)	-
Cours en groupe PENDANT tx Durée illimitée	Indéterminé (selon la durée des tx)	-
Suivi téléphonique à 3 mois post programme	1	1
Document ressources externes	1	1

# Le suivi individuel

- Évaluation initiale de la condition physique
- 2 à 3 suivis (démonstrations des ex's pour le domicile et ajustements)
- Référence vers la communauté
- Suivi téléphonique à 3 mois

À qui s'adresse-t-il?

N'est pas l'offre de service à privilégier. Pourquoi?

# Offre de service

Interventions	Groupe	Individuel
Conférence d'introduction « L'adoption d'un mode de vie sain »	1	1
Évaluation de la condition physique	2	1
Programme d'exercices + suivi (pour à la maison)	1	2
Cours en groupe POST tx 8 semaines - 3x/semaine	24 séances (1h)	-
Cours en groupe PENDANT tx Durée illimitée	Indéterminé (selon la durée des tx)	-
<b>Suivi téléphonique à 3 mois post programme</b>	1	1
Document ressources externes	1	1

# Suivi téléphonique

- Changement de la condition de santé
- Valider si patient toujours actif
- Retour sur les objectifs
- Intervention motivationnelle
- Orientation vers ressources externes si nécessaire
- Congé en kinésiologie



# 3 mois après la fin des cours POST traitement de Madame X

- Suivi téléphonique 30 janvier 2015
  - Se dit très bien, mieux qu'avant la maladie, meilleure énergie
  - De retour au travail
  - Très active : aquaforme 1x/semaine, prog. ent. Fondation Virage 2x/semaine, jogging 3x/semaine
  - Objectifs atteints : retour au travail en gardant une bonne énergie et en demeurant active minimum 3x/semaine
  - Intervention motivationnelle : félicitations, exploration des rechutes possibles et solutions
  - Ressources externes : Rappel au besoin, ici Madame X déjà bien outillée
  - Congé, près 10 mois après le premier appel de Madame X

# Notre place au CHUM



- Contexte actuel :
  - indépendant du CHUM sur le plan organisationnel
  - Fondation Virage et CHUM = partenariat en excellente collaboration
- Le CHUM :
  - Local d'évaluation
  - Gymnase
  - Équipement d'entraînement fonctionnel (partagé avec la Fondation Virage)
  - **Appui grandissant des équipes de soins en oncologie**

# Formations initiales

- Baccalauréat en kinésiologie, spécialisé en réadaptation
- Onco 101: connaissances de base sur le cancer et ses traitements
- Rencontres formatives avec des infirmières spécialisées en oncologie

**Qu'est-ce qu'un kinésiologue:** *il est un professionnel de la santé, spécialiste de l'activité physique, qui utilise le mouvement à des fins de prévention, de traitement et de performance.*



# Formations continues



- L'exercice et le lymphœdème (AQL)
- Webinaire sur le lymphœdème par Dre Anna Towers
- Le cancer de la prostate mieux le comprendre pour mieux l'appivoiser
- La reconstruction mammaire
- Lectures régulières des lignes directrices du *National comprehensive cancer network* (NCCN), L'*American college of sports and medicine* (ACSM) et L'*institut national du cancer*

# Appuis institutionnels

- Appui du CHUM
  - ✓ Locaux
  - ✓ Équipements
  - ✓ Accès dossiers médicaux
  - ✓ Collaboration avec les équipes de soins en oncologie
- Appui financier de la Fondation du cancer du sein du Québec
- Appui médico-légal de Dr Jean-Pierre Guay, président de la Fondation Virage

# Autre appui

Dre Lise Gauvin, Professeur titulaire Département de médecine sociale et préventive École de santé publique Université de Montréal & Chercheure Centre de recherche du Centre Hospitalier de l'Université de Montréal (CRCHUM)

« ... Dans un avenir rapproché, j'espère pouvoir constater que cette pratique s'est généralisée à tous les centres hospitaliers qui traitent des patients diagnostiqués avec un cancer car l'activité physique recèle le potentiel de grandement améliorer la santé et la qualité de vie de ces patients. ... »

# Obstacles à surmonter

## Se faire connaître!!! Qu'est-ce que ça fait un kinésiologue?

- Focus groupe avec équipes d'oncologie
- Rencontres avec les différents service professionnel du CHUM
- Distribution de dépliants du service aux différents intervenants
- Promotion par l'équipe de bénévoles auprès des patients pendant les traitements
- Conférence d'introduction avec les patients du CHUM « L'adoption d'un mode de vie sain »

# Obstacles à surmonter

## Obtention de l'autorisation médicale requise pour tous

- Nécessité d'obtenir l'autorisation médicale pour tous les patients?
  - ✓ Seulement cas complexe et/ou avec co-morbidités
- Approbation de notre démarche par Dr Jean-Pierre Guay, Radio-Oncologue et Président de la Fondation Virage.



2016-01-02

Dr (e) \_\_\_\_\_

La *Fondation Virage pour le soutien au cancer*, reconnu par le Centre intégré en oncologie du CHUM (CICC), offre un service de kinésiologie gratuitement, « *Bouger pour la vie* »\*, aux patientes en traitements ou en rémission d'un cancer du sein, tout en respectant leur état de santé global.

L'objectif de ce service vise à aider les patientes à améliorer leur qualité de vie ainsi que leur forme physique par l'entremise de plan d'activités physiques sécuritaires, adaptées et supervisées, prenant la forme de cours de groupe ainsi que d'un accompagnement individualisé. Il vise également à faciliter un retour aux activités quotidiennes ainsi qu'au travail.

Récemment, Madame \_\_\_\_\_ a pris contact avec le service de kinésiologie de la *Fondation Virage*. Elle souhaite poursuivre un programme d'activités physiques adaptées à sa nouvelle condition de santé. Une pré-évaluation ou un manque d'information quant à sa condition de santé nous oblige à se référer à votre expertise. Afin qu'elle puisse entreprendre ce programme sans nuire à sa condition, nous avons besoin de vos recommandations et de votre autorisation médicale en lien avec la problématique suivante :

\_\_\_\_\_ *Discussion avec la pte : Facteurs de risques à la MCV* \_\_\_\_\_

*Restrictions et/ou recommandations?* : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Nom du médecin

\_\_\_\_\_  
Signature

Merci pour cette belle collaboration, cordialement,

L'équipe de Kinésiologue de la Fondation Virage pour le soutien au cancer  
Hôpital Notre-Dame  
514 890-8000 poste 24144

\* Le programme « Bouger pour la vie » est rendu possible grâce à la contribution financière de la Fondation du cancer du sein du Québec



# Indicateurs à analyser et rétroactions

- Niveau d'activité physique des patients 3 mois post programme
  - ✓ Counselling par téléphone
  - ✓ Programme d'entraînement adapté pour la maison
  - ✓ Référence vers des ressources externes
- Le nombre de patients suivis par année
  - ✓ Déterminer des objectifs (100 pts/année en lien avec ressources actuelles)
  - ✓ Augmentation de la visibilité auprès des équipes de soins en oncologie
- Qualité de l'intervention et satisfaction des patients
  - ✓ Questionnaire d'évaluation anonyme remis à la fin de l'intervention
  - ✓ Amélioration des paramètres de la conditions physique suite à la réévaluation

# Discussion

1. Une majorité de patients rencontrés étaient actifs et conscientisés à l'importance de l'AP avant le dx de la maladie.
2. Près de 50% des personnes ont fait les démarches elles-mêmes pour nous rencontrer.
3. Crainte: Patients inactifs et non conscientisés aux bienfaits de l'AP ne nous consulteront jamais pour leur intégration à une vie active.

Rôle des professionnels de la santé: La référence à un service de kinésiologie adapté devrait-elle faire partie intégrale du plan de traitement?

# Questions?