

L'activité physique en oncologie pédiatrique pendant les traitements – Bénéfices, applications et conseils



Mission et services

Trouver un remède contre les cancers du sang et améliorer la qualité de vie des personnes touchées par un cancer du sang et de leurs familles.



Programme de soutien par les pairs et groupes de soutien virtuels



Brochures, fiches d'information et vidéos éducatives



Webdiffusions & balados



Programme *Votre vie après le cancer* et programme pour les adolescents et les jeunes adultes



SOCIÉTÉ DE
LEUCÉMIE &
LYMPHOME
DU CANADA™



Vous n'êtes pas seul

Chaque année, plus de 21 000 Canadiens reçoivent un diagnostic de cancer du sang

Lorsque vous nous appelez, notre équipe des services à la communauté vous accompagne, vous et votre famille, de plusieurs façons :

- Vous écouter avec attention et compassion parler de vos difficultés;
- Vous dirigera vers les informations sur votre type de cancer du sang et ses traitements;
- Vous aidera à vous organiser pour participer à vos soins et les gérer;
- Vous proposera des services qui pourraient vous aider :
 - jumelage avec une personne ayant eu une expérience similaire à la vôtre;
 - groupe de soutien;
 - navigateur d'essais cliniques.

Ces services vous sont offerts sans frais.

Il existe 137 types de cancers du sang.

Ces cancers touchent les cellules sanguines, la moelle osseuse, les ganglions lymphatiques et d'autres parties du système lymphatique.

Les principaux cancers du sang sont la leucémie, le lymphome, le myélome, les syndromes myélodysplasiques et les néoplasmes myéloprolifératifs.

Nous pouvons vous aider

Un simple appel pour obtenir information, compréhension et soutien

Nous savons que le cancer du sang peut toucher n'importe qui, à tout âge et en tout temps, sans prévenir. Un diagnostic peut bouleverser une vie du jour au lendemain et avoir des répercussions sur la famille, les amis et la communauté.

La Société de leucémie et lymphome du Canada propose des services destinés à vous soutenir, vous et votre famille, à chaque étape - du diagnostic à la rémission, et par la suite.

N'hésitez jamais à communiquer avec nous:
Nous sommes là pour vous aider!
cancersdusang.ca • info@cancersdusang.ca • 1 833 222-4884

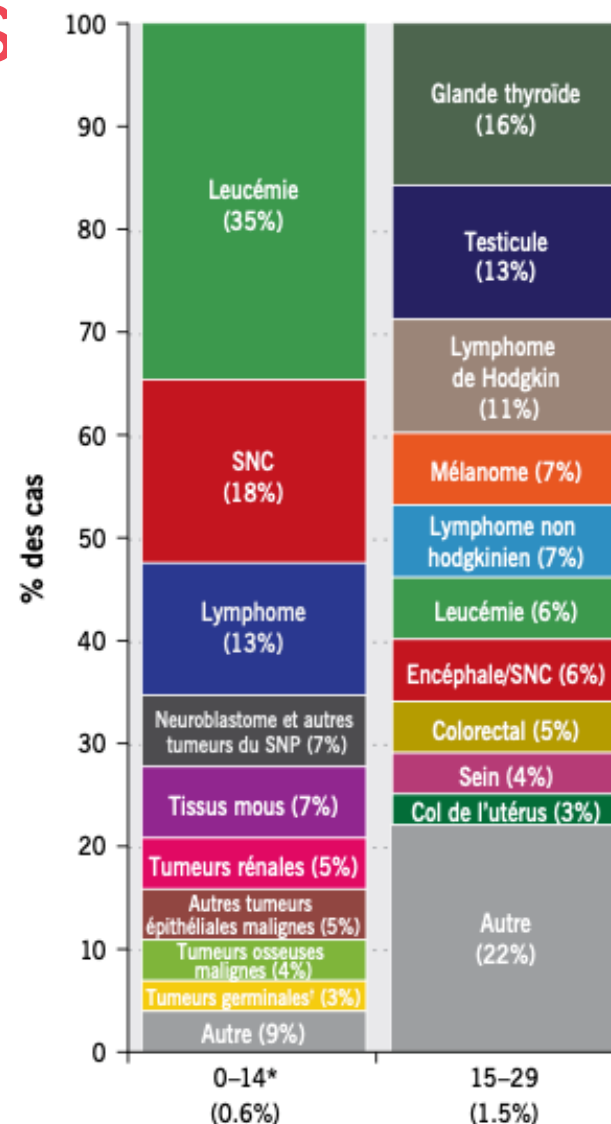
LL31134

CANCERSDUSANG.CA



L'oncopédiatrie en chiffres

- Chaque année, environ 1000 enfants (0-14 ans) sont diagnostiqués avec un cancer
- Types de cancers prédominants
 - Leucémie 35%
 - Système nerveux central 18%
 - Lymphome 13%
- Taux de survie global de >80%



Population croissante de survivants

- Une vie entière de survivance : 60,70, 80 ans...
- 75% développeront des troubles de santé chroniques:
 - Troubles cardiaques et pulmonaires
 - Retard de développement moteurs
 - Obésité
 - Maladies métaboliques
 - Troubles cognitifs
 - Risques accrus de deuxième cancer et de rechutes

Impacts sociaux

- Besoins accrus en soins spécialisés
- Coûts liés aux médicaments
- 40% obtiennent un diplôme d'études universitaires
- 2 fois plus à risque d'être sans emploi (5 fois pour SNC)
- 3 fois plus à risque d'invalidité
- 2 fois moins actifs physiquement

Les bénéfices de l'activité physique pendant les traitements

- Capacité physique
- Qualité de vie
- Capacités fonctionnelles
- Maintien du poids corporel
- Effet bénéfique sur la santé mental
- Maintien du niveau d'activité après les Tx
- Facilite le retour après la maladie



Possibles effets préventifs

- Troubles cardiaques
- Perte de densité osseuse
- Troubles moteurs
- Maladie métabolique
- Amélioration du taux de survie



L'activité physique, absente des services d'oncologie pédiatrique

- À ce jour, **aucun service d'activité physique n'est offert** pendant/après les traitements
- Des médecins le recommandent et des hôpitaux souhaitent l'intégrer
- Aucune recommandation officielle disponible pour les professionnels et les familles

Étude de faisabilité:

Projet VIE, CHU-Ste-Justine

- Trois volets: activité physique, nutrition, psychologie
- Sur 4 ans
- Recrutés dès le Dx
- Groupe intervention / Groupe contrôle
- Entre 2-18 ans
- Tous types de cancers



Revue systématique de la littérature

Faits saillants:

- Sept bases de données (1946-2021)
- Inclut 51+ articles, 1193+ sujets, <20 ans
- Programmes d'APOP, in/out-hôpital
- Pendant les traitements
- Doses/effets (positives, neutres, négatives)
- Événements indésirables

Conclusions récurrentes

- Améliorations significatives :
 - Capacités physiques, fonctionnelles, psychosociales...
- Aspect de sécurité
 - Aucun événement indésirable majeur lié à l'activité physique

Ratio risques / bénéfices

- +** **Risque important** lié à l'inactivité en période de croissance
 - **Conséquences directes sur le développement** et la santé de l'enfant*
- +** **Risque lié à l'inactivité** sur le processus de réintégration à la vie « après » le cancer
- +** **Aucun événement indésirable majeur** n'a été rapporté en lien avec l'activité physique pendant ou après les Tx
- +** **Effets positifs significatifs sur les composantes de santé** qui ont été rapportés depuis 20 ans

Les feuillets: pendant les traitements



Les feuillets après le cancer



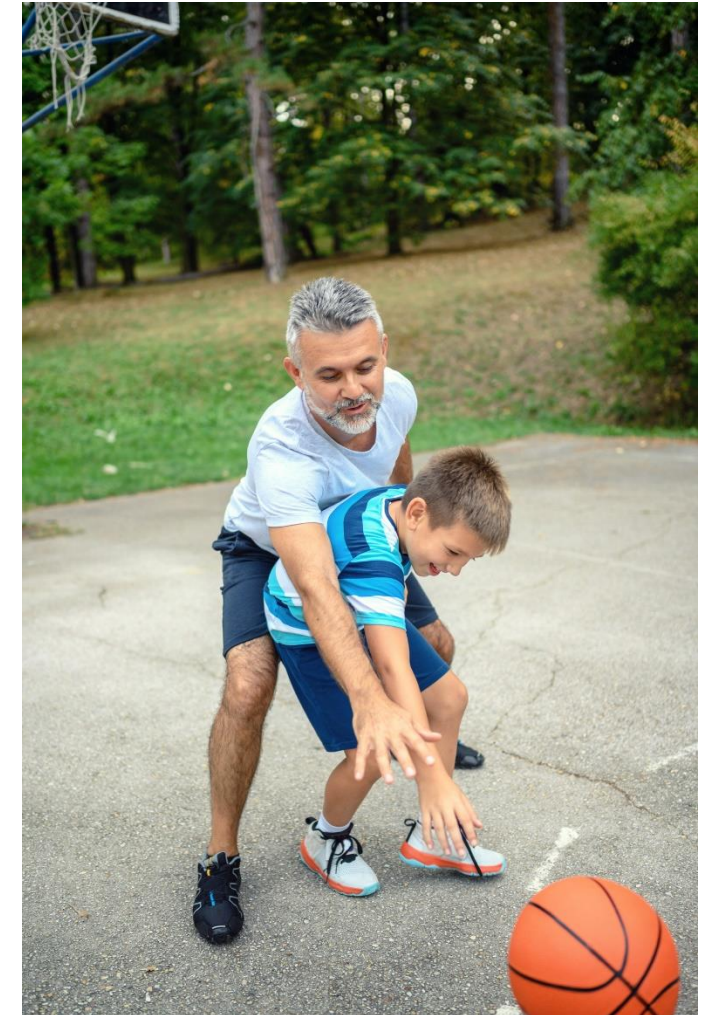
Contenu

- L'importance d'être actif:
 - Bénéfices de l'activité physique
- Recommandations spécifiques:
 - Fréquence, Intensité, Type, Temps (FITT)
- Sécurité spécifique à l'oncologie
 - Formule sanguine et contre-indications
- Conseils :
 - Sommeil, déplacements actifs, hydratation, consulter son médecin

La supervision est recommandée:

↑ Effets bénéfiques de l'activité physique

↑ Taux de participation





Rôle du kinésiologue formé en oncopédiatrie

- Activer tout le corps
- Maintenir les acquis
- Faciliter un retour à la vie après le cancer

Diffusion et objectif



CANCERSDUSANG.CA

Formation continue



SOCIÉTÉ DE
LEUCÉMIE &
LYMPHOME
DU CANADA^{MD}



Obtenir ce cours

Activité physique

L'activité physique en oncologie pédiatrique pendant les traitements

L'activité physique en oncologie pédiatrique pendant les traitements – Bénéfices, applications et conseils

Pendant la croissance, être actif est un élément essentiel au bon développement de l'enfant. L'activité physique durant l'enfance et l'adolescence vise à maintenir sa force, son endurance physique et son poids corporel. Elle vise aussi à favoriser une meilleure récupération et intégration en milieu scolaire après les traitements. Garder l'enfant/l'adolescent actif peut diminuer son niveau de fatigue, améliorer sa qualité de vie, maintenir la santé de son cœur, améliorer ses capacités fonctionnelles, maintenir ou améliorer sa flexibilité et aider à la santé de ses os. Dans cette présentation pour les infirmières, Gabrielle Duhamel, kinésiologue, abordera l'activité physique chez

[lire plus](#)

DURÉE DE LA FORMATION...: 1 HEURE

CONTENU

- ▶ Information importante
- ▶ Enregistrement
- ☑ Évaluation de la formation
- 📋 Évaluation des connaissances

www.formationcontinuecancersdusang.ca



Conclusion

- Pendant et après les traitements, ils **ont besoin d'être actifs** pour prévenir des comorbidités et faciliter le retour à la vie après le cancer
- **L'activité physique est sécuritaire** en tenant compte d'aspects spécifiques à cette population
- Il est préférable que les familles **soient autonomes** plutôt qu'inactives
- Avoir des professionnels formés pour superviser l'APOP, peut aider à obtenir **davantage de bénéfices et améliorer l'adhésion**

Merci !

Nous sommes là pour la
communauté des cancers du sang

Communiquer avec nous:
info@cancersdusang.ca

1 833 222 4884

CANCERSDUSANG.CA