

## 220904060 - Kinésithérapie et APA dans la PEC du cancer du sein : en pratique

Organisme 904 - EVAL FORM SANTE  
EVAL FORM SANTE

### INFORMATIONS

**N° de l'action :** 220904060  
**Titre principal :** Kinésithérapie et APA dans la PEC du cancer du sein : en pratique  
**Thème :** 331- Scientifique médical  
**Sous-thème :** Aucun  
**Cible :** Généralistes et autres spécialistes  
**Participants :** 15  
**Format :** Présentiel  
**Durée :** 1 x 2h30  
**Projet décliné :** Non  
**Conjoint collaborateur :** Non

# CIBLE

profil sommaire des stagiaires [220 caractères maxi]

médecins généralistes, gynécologues, chirurgiens plasticiens, oncologues

# JUSTIFICATION

[3 000 caractères maxi]

La kinésithérapie et l'activité physique adaptée (APA) ont une place prépondérante à toutes les étapes de la prise en charge du cancer du sein ( radiothérapie, chirurgie, chimiothérapie) pour

- traiter les complications veineuses et lymphatiques
- éviter les mauvaises positions
- éviter les enraidissement , conserver ou retrouver la mobilité
- conserver la force musculaire
- aider a la cicatrisation et éviter les adhérences
- atténuer les douleurs
- se réapproprier à son image corporelle

Il importe que les médecins prenant en charge les patientes pour un cancer du sein et les médecins traitants prescrivent cette kinésithérapie et cette APA mais également qu'ils puissent informer les patientes sur leurs modalités et les conseiller et motiver dans la poursuite ou reprise d'une activité physique.

Hors si les médecins sont informés et dans leur grande majorité convaincus de l'utilité de la kinésithérapie et de l'APA , très peu en connaissent les modalités de réalisation pratique.

Cette formation a comme but de leur apporter une meilleure connaissance des techniques de kinésithérapies selon les buts recherchés et des activités physiques possibles et conseillées aux différentes étapes de la prise en charge afin de mieux pouvoir expliquer celles ci à leurs patientes et les motiver dans cette prise en charge

Il comporte une 1ere partie théorique de formation sur la place et l'action de la kinésithérapie et de l'APA dans la PEC du cancer du sein.

Afin de mieux sensibiliser les médecins et de leur permettre d'appréhender la réalisation pratique la 2e partie consistera en un atelier de démonstration par l'expert autour de 2 activités d'APA que sont la pilate et la Poledance avec pour une meilleure compréhension et appropriation réalisation par les participants des mouvements proposés aux patientes ayant un cancer du sein lors des activités d'APA

3 à 5 REFERENCES ARGUMENTANT LA JUSTIFICATION [1 000 caractères maxi]

1/ activité physique et cancer AFSOS 2018 [https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2018/12/AP\\_cancer\\_2018\\_AFSOS.pdf](https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2018/12/AP_cancer_2018_AFSOS.pdf)

2/ activité physique adaptée, rééducation et cancer du sein , AFSOS 2/12/2013 [https://ressources-aura.fr/wp-content/uploads/2018/02/J2R-2013-Cancer-du-sein\\_-\\_APA-et-rééducation.pdf](https://ressources-aura.fr/wp-content/uploads/2018/02/J2R-2013-Cancer-du-sein_-_APA-et-rééducation.pdf)

# OBJECTIFS

au plus 3 pour une soirée, 6 pour une journée ou 12 pour 2 journées [220 caractères maxi par objectif]

Objectif n°1

Décrire la place de la kinesithérapie aux différentes étapes de la prise en charge du cancer du sein

Objectif n°2

Citer les bénéfices de l'activité physique adaptée dans la prise en charge du cancer du sein

Objectif n°3

citer les limites de l'activité physique adaptée dans la prise en charge du cancer du sein

## PROGRAMME SOIREE

### OBJECTIFS A ATTEINDRE

les désigner avec les numéros qui leur ont été attribués dans la liste des objectifs de la partie 3 (objectif 1, objectif 2, etc.)

1,2,3

### PROGRAMME HORAIRE

avec méthode pédagogique par objectif et organisation pédagogique, rôle des intervenants et matériel pédagogique

[3 500 caractères maxi]

- Accueil des participants . présentation de la soirée , prétests ( 15 min)  
- 1/ place de la kinésithérapie dans la prise en charge du cancer du sein cancer du sein 1H Objectifs 1  
A/ atelier 20min A partir de 3 mises en situation de patientes en cours de prise en charge de cancer du sein et présentant des limitations de mobilisation ou des douleurs ::

Peut on prescrire de la kinésithérapie et laquelle

Débat entre les participants . un rapporteur synthétisera les réponses

B/ Plénière interactive . Reprise des mises en situation cliniques 40 min

le rapporteur expose les réponses du groupe . débat avec l'expert avec l'expert

A/ Exposé de l'expert :

- place de la kinésithérapie au différentes étapes de la prise en charge d'une patiente ayant un cancer du sein : indications selon les étapes, le type de chirurgie

- méthodes utilisées

- bénéfices/limites des différentes kinésithérapies

2/ APA et cancer du sein 55min ( obj 2 et 3)

- A/ analyse de pratique et brain storming entre les participants: 20min

a/ Un questionnaire d'analyse de pratique sur la prescription de l'APA pour leurs patientes ayant un cancer du sein : ce questionnaire a été remis avant lors de leur inscription afin qu'ils le rapportent lors du séminaire et un secrétariat le saisis en ligne en début de séance ou les participants le saisisent eu m<sup>^</sup>mes en ligne lors de cette séquence

questionnaire type réponses qcm/menu déroulant ou oui/non afin d'en permettre une synthèse

-Prescrivez vous de l'apa

- si oui pour quel type de patientes ( toutes, demande de leur part, terrain particulier, diminution mobilité;..

- si oui : et à quels stades de leur prise en charge ( des le début , a distance de la chirurgie, a distance de la radiothérapie , pendant la radiothérapie....),

b: - l'animateur présente au groupe la synthèse des réponses a l'analyse de pratique a partir de cette synthèse:

- quels bénéfices de l'APA dans le PEC du cancer du sein? obj 2

- quelles limites/ CI d'activité physique dans la PEC de cancer du sein obj 3

Un rapporteur synthétisera les réponses du groupe

B/ plénière interactif 35 min

le rapporteur et l'animateur rapporte les résultats du questionnaire d'analyse de pratique et du brain storming ; discussion avec l'expert

Exposé

- place de l'APA dans la PEC du cancer du sein aux différentes étapes, bénéfiques/ limite

4/ Conclusion 20 min - Débriefing du ressenti des participants. ; réponses aux dernières questions .  
QCMs post et correction

MATERIEL SPECIFIQUE UTILISE AU COURS DE CETTE 1/2 JOURNEE (s'il y a lieu) [400 maxi]

salle équipée d'un vidéoprojecteur,  
logiciel d'enquête en ligne permettant le traitement des QCMs et quizzes et une synthèse des réponses

## PROFILS

PROFIL(S) EXPERT(S) [2 000 caractères maxi]

L'expert est la personne ressource de par sa compétence dans le domaine traité. Il apporte, au cours d'un ou plusieurs exposés, ainsi que lors des débats qui les suivent, son expertise sur l'état actuel des connaissances validées. Ses qualifications et domaines de compétences doivent être clairement identifiables notamment dans les documents remis aux stagiaires avant la formation (cf. Article L. 6353-8 du Code de Travail). Le(s) expert(s) peuvent pas être identifié(s) nominativement au moment du dépôt des projets mais un « mini-CV » sera systématiquement exigé avec la demande de prise en charge des sessions

Kinésithérapeute ayant une expérience de formation continue et intervenant dans la prise en charge en kinésithérapie et APA pour les patientes ayant eu un cancer du sein

PROFILS SUCCINCT DES AUTRES INTERVENANTS organisateur / animateur(s)

Organisateur :

Médecin de l'association ayant une expérience ou une formation à l'organisation de sessions de formation médicale continue.

responsable

- du recrutement des participants, de leur accueil, de la réservation des locaux et du matériel

-de l'animation des plénières, du bon déroulement de la circulation en atelier et de la coordination des intervenants.

L'organisateur pourra tenir le rôle d'animateur ou dans le cas contraire coordonnera l'animation avec les autres animateurs ( briefing avant la formation , debrief-fing apres)

Animateur(s) :

Médecin libéral ayant une expérience ou une formation à l'animation de groupes de médecins dans le cadre de sessions de formation médicale continue.

il dirige le débat et essayent de faire participer le plus grand nombre.

Il expose en debut de formation les modalités de déroulement du séminaire

Il veille à faire participer l'ensemble des stagiaires et à répartir le temps de parole de chacun, fait appel à l'expert pour des éclaircissements, connaissant les objectifs de la formation, il veille à ce qu'il n'y ait pas de dérapage, gère les émotions, positive les interventions.

# MODALITES D'EVALUATION IMMEDIATE

[4 400 caractères maxi]

Ces modalités doivent être décrites en citant notamment le (ou les) indicateur(s) utilisés. Il doit y avoir au moins un indicateur par objectif. Ces indicateurs, évaluables en début et en fin de formation, doivent être décrits avec précision

NB : Les questionnaires de recueils d'opinion sur l'ensemble de la formation ne constituent pas un outil de contrôle des acquis des stagiaires.

) Questionnaire de satisfaction Un questionnaire est rempli par chaque participant à l'issue de la formation présentielle. Il renseigne sur les conditions du déroulé de cette séquence.

ii) Evaluation des messages retenus : des -QCMs correspondant aux messages principaux de la formation sont réalisés avant et après la formation. Une synthèse des réponses anonymisées du groupe est effectuée par un logiciel d'enquête en ligne . Cela permet en pré à l'expert de mieux évaluer les besoins et en post les messages retenus. Les synthèses pré et post ainsi que la correction assurée par l'expert sont adressées aux participants afin qu'ils puissent en comparant leurs propres réponses à celles du groupe et aux corrections réfléchir à l'évolution de leurs pratiques .

Exemples de QCMs ( les QCMs pourront être modifiés par les intervenants et actualisés lors des différentes sessions)

1/ Parmi les propositions suivantes concernant la kinésithérapie lesquelles sont vraies ou fausses ( obj 1)  
-ne peut pas être débutée en postopératoire immédiat d'une reconstruction mammaire post chirurgie cancéreuse

a/peut avoir des bénéfices sur l'oedème post opératoire immédiat

b/est efficace sur les cicatrices à distance de l'intervention

c/peut être efficace sur les retractions axillaires

d/ a également son utilité sur la cicatrice dorsale en cas de reconstruction par lambeau dorsal

e/n'a pas d'efficacité sur les coques periprothétiques

f/ doit être de préférence précoce afin d'éviter l'engorgement du bras

2/- L'activité physique pratiquée par des patients atteints de cancer du sein peut ( obj 2)

a/Allonger leur espérance de vie

b/ Améliorer leur capacité cardiovasculaire

c/ Améliorer leur sommeil

d/ Peut être pratiquée dès le diagnostic du cancer

e./ A un impact en pré-opératoire

2/- L'activité physique pratiquée par des patients atteints de cancer peut être

Obj 3

f/ Être dangereuse en cas de métastases osseuses

g/ Être dangereuse en cas de cachexie cancéreuse

h/ Doit être pratiquée à distance des traitements

4 - Dans un contexte de lymphoedème :obj 2-3

a. L'activité physique est conseillée car elle diminue le lymphoedème

b. Le lymphoedème est une contre-indication à la pratique d'activité physique

c. L'activité physique est conseillée car elle n'aggrave pas le lymphoedème

Cas n°1 :obj 2-3

Vous voyez en consultation, une patiente âgée de 42 ans, 1m65 pour 59 kg. Elle vient de finir son traitement pour un cancer du sein avec un traitement conservateur sans curage suivi d'une chimiothérapie sans Herceptin, puis radiothérapie et hormonothérapie.

Elle vous pose des questions sur les bénéfices d'une activité physique pendant les traitements.

a. Il faut attendre la fin des traitements pour pratiquer une activité physique

- b. L'activité physique permet de réduire la fatigue liée aux traitements et à la maladie
- c. L'activité physique peut diminuer l'efficacité des traitements
- d. L'activité physique peut limiter la prise de masse grasse ultérieure
- e. L'activité physique peut limiter la perte de masse musculaire

Le fait que la patiente ne soit pas sous Herceptin rend-il la prise en charge plus simple vis à vis de l'activité physique adaptée ?

- a. Oui car l'activité physique est contre-indiquée en cas de traitement sous Herceptin.
- b. Non, ça ne change rien.
- c. Oui, car l'Herceptin nécessite un avis cardio-vasculaire en cas d'activité physique d'intensité modérée à élevée.

Cas n°2 : obj 2/3

Mme X, 63 ans, 1m60, 71 kgs. Cancer du sein gauche, traité par tumorectomie, curage ganglionnaire, chimiothérapie. Elle termine ses séances de radiothérapie. elle souhaiterait faire de la pilate avec une amie . Qu'en pensez-vous.?

- a. Je lui recommande la pratique de la pilate afin de stabiliser son poids
- b. Je lui déconseille la pratique de pilate au vu de son traitement (radiothérapie)
- c. Je lui déconseille la pratique de pilate au risque de développer un lymphœdème
- d. Je lui conseille la pilate, afin d'améliorer son amplitude articulaire
- e. Je lui dit d'attendre 6 mois apres la fin de la radiothérapie avant de commencer la pilate

Mêmes questions avec la pole danse , l'aviron

## BIBLIOGRAPHIE

BIBLIOGRAPHIE AYANT SERVI A BATIR LE PROJET (Hors justification)

[2 500 caractères maxi]

1/ activité physique et cancer AFSOS 2018; [https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2018/12/AP\\_cancer\\_2018\\_AFSOS.pdf](https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2018/12/AP_cancer_2018_AFSOS.pdf)

2/ HAS 2019 prescription d'activité physique et sportive cancers sein, colorectal, prostate; [https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-07/app\\_247\\_ref\\_aps\\_cancers\\_cd\\_vf.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-07/app_247_ref_aps_cancers_cd_vf.pdf)

3/ Institut national du cancer. Bénéfices de l'Activité physique pendant et après cancer. Des connaissances scientifiques aux repères pratiques. Boulogne-Billancourt: INCa; 2017;

<https://www6.inrae.fr/nacre/Actualites/Rapport-INCa-benefices-activite-physique-pendant-apres-cancer-2017>

téléchargement rapport <https://www.e-cancer.fr/Expertises-et-publications/Catalogue-des-publications/Benefices-de-l-activite-physique-pendant-et-apres-cancer-Des-connaissances-aux-reperes-pratiques>

4/ Impact de l'activité physique adaptée sur les douleurs articulaires induites sous hormonothérapie en traitement adjuvant du cancer du sein (étude ancillaire du dispositif IMAPAC) Pauline Drillon, 2021;

<https://dumas.ccsd.cnrs.fr/dumas-03466917/document>

5/Prise en charge masso- kinésithérapique d'un lymphoedème et d'une raideur de l'épaule après traitement d'un cancer du sein, Indications et conditions de réalisation, HAS 2012: [https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2012-12/texte\\_court\\_lymphoedeme.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2012-12/texte_court_lymphoedeme.pdf)

6/ A longitudinal analysis of chronic arm morbidity following breast cancer surgery 2016, Breast Cancer Res Treat. 2016 Jun;157(3):413-25. doi: 10.1007/s10549-016-3834-8. Epub 2016 May 1;

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27194415/>

7/ Prise en charge kinesitherapique des cicatrices apres reconstruction mammaire par lambeau du grand dorsal , Nadine Varaud, Kinesither scient 2018, 597, 17-20; <http://www.aktl.org/wp/wp-content/uploads/2018/12/Varaud.pdf>

BIBLIOGRAPHIE RECOMMANDEE AUX STAGIAIRES [1 200 caractères maxi]

1/ activité physique et cancer AFSOS 2018 [https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2018/12/AP\\_cancer\\_2018\\_AFSOS.pdf](https://www.afsos.org/wp-content/uploads/2018/12/AP_cancer_2018_AFSOS.pdf)

2/ activité physique adaptée, rééducation et cancer du sein , AFSOS 2/12/2013 [https://ressources-aura.fr/wp-content/uploads/2018/02/J2R-2013-Cancer-du-sein\\_-APA-et-rééducation.pdf](https://ressources-aura.fr/wp-content/uploads/2018/02/J2R-2013-Cancer-du-sein_-APA-et-rééducation.pdf)