

RESUME

Le cancer du sein est le cancer le plus fréquent chez la femme avec plus de 48 000 nouveaux cas en France en 2012. Si les bénéfices de l'activité physique dans le cadre du cancer du sein sont désormais bien établis en termes de prévention secondaire et tertiaire, la problématique consiste maintenant à réussir à modifier le comportement des patientes pour leur faire adopter une pratique d'activité physique sur le long terme. Cette étude visait à évaluer l'efficacité du programme de prescription et de réalisation d'activité physique adaptée mis en place en Haute-Normandie pour les patientes atteintes de cancer du sein.

L'ensemble des dossiers des patientes vues en consultation de prescription d'activité physique adaptée entre Octobre 2012 et juin 2014 ont été inclus dans ce travail. Les critères principaux de l'analyse étaient l'adhésion au programme, et la pérennisation d'une activité physique lors des bilans de suivi 2 et 6 mois après la fin du protocole d'APA. Des analyses par sous-groupes ont été réalisées en fonction de la pratique d'activité physique initiale et en fonction de l'âge.

193 patientes ont été incluses dans l'analyse. Sur les 156 patientes qui se sont vu proposer la participation au programme de 10 séances d'APA, 31 n'ont jamais contacté l'éducateur sportif, 6 ont arrêté le programme prématurément, et 119 ont participé à plus de la moitié des séances, soit un taux d'adhésion de 76%. Lors des bilans de suivi à distance, respectivement 88% et 90% des patientes ont maintenu une activité physique à 2 et 6 mois de la fin du programme d'APA. Par ailleurs, il n'a pas été mis en évidence de différence significative en termes d'adhésion ou d'efficacité du protocole sur la pérennisation d'une pratique en fonction de l'âge ou de la pratique d'activité physique initiale.

En conclusion, ce programme de prescription d'APA dans le cadre de la prise en charge des patientes atteintes de cancer du sein présente une bonne efficacité tant dans l'adhésion au programme que dans la pérennisation d'une activité physique à moyen terme. De plus, il présente l'avantage de présenter un nombre réduit de séances, diminuant le coût de la prise en charge par patiente, et facilitant ainsi la mise en place et la généralisation de ce type de programmes.