

## L'activité physique diminue la fatigue associée au traitement d'un cancer

### Source

Servaes P et coll. (2002) **Relations between fatigue, neuropsychological functioning, and physical activity after treatment for breast carcinoma: Daily self-report and objective behavior.** *Cancer* 95:2017-26.

De tous les symptômes liés au traitement d'un cancer, la fatigue demeure en tête de liste avec une prévalence oscillant entre 25 % et 99 % selon les études. La fatigue entre fréquemment en jeu dans la décision de retarder, de diminuer et même d'interrompre un traitement. Elle découle du cancer lui-même, mais également de son traitement. Les principales causes de la fatigue liée au cancer seraient l'inactivité physique qui provoque le déconditionnement cardiorespiratoire et musculaire, la détresse psychologique, l'augmentation de l'inflammation (causée par la tumeur elle-même), ainsi que l'hypothyroïdie (dérèglement hormonal qui résulte du traitement détruisant des cellules saines).

Paradoxalement, même si elle nécessite une dépense énergétique, l'activité physique diminue cet état de fatigue. Elle a cet effet salutaire en diminuant tout d'abord l'activité inflammatoire de l'organisme, et ensuite en améliorant la condition physique ou en freinant sa détérioration, ce qui permet aux patientes et aux patients d'accomplir avec moins de difficulté leurs activités quotidiennes.

Annabelle Dumais et Guy Thibault