

## Améliorer la condition physique des personnes traitées pour un cancer améliore le pronostic de guérison et diminue la durée d'hospitalisation

### Source

Battaglini CL et coll. (2009) **The effects of an exercise program in leukemia patients.** Integr Cancer Ther 8:130-8.

La condition physique d'une personne atteinte d'un cancer, son métabolisme et sa composition corporelle sont déterminants dans le pronostic de guérison. La diminution de la masse maigre fait partie des principaux changements corporels que subissent les personnes traitées pour un cancer. Associée à une réduction de la capacité fonctionnelle, cette diminution est responsable d'environ 20 % des décès (insuffisance respiratoire). L'atrophie musculaire est surtout due à une diminution de la synthèse des protéines musculaires (anabolisme), ainsi qu'à une augmentation de leur dégradation (catabolisme). Elle est principalement causée par un bilan énergétique négatif, une augmentation de l'inflammation, et un dérèglement hormonal.

Or, l'activité physique permet de freiner la perte de masse musculaire en stimulant la synthèse des protéines. Qui plus est, une étude menée auprès de personnes atteintes de leucémie révèle une diminution du temps d'hospitalisation de celles qui sont physiquement actives durant leur traitement. Ces dernières, en meilleure condition physique que les patientes et les patients inactifs, quittent plus souvent l'hôpital en marchant qu'en fauteuil roulant.

Annabelle Dumais et Guy Thibault