

Rennes

Dossier de presse

Début décembre 2020

La Clinique Mutualiste La Sagesse et la Mutualité Française Ille et Vilaine lancent un programme d'Activités Physiques Adaptées dans le cadre du traitement du cancer.



Contact presse : Chantal Baudin Ouvrard 02 40 41 27 15 / 06 71 57 93 80 // chantal.baudin@hospigrandouest.fr

Sommaire du dossier presse :

- . Communiqué de presse
- . L'activité Physique Adaptée (APA)
- . L'Activité Physique Adaptée (APA) et le Cancer
- . Zoom sur le cancer en France
- . Présentation des partenaires : Clinique Mutualiste La Sagesse et Mutualité Française Ille et Vilaine

A partir du début décembre 2020, la Clinique Mutualiste La Sagesse et la Mutualité Française Ille et Vilaine lancent un programme d'accompagnement et de suivi à la reprise d'Activités Physiques Adaptées (APA) à destination de patients en parcours de cancérologie.

Le programme Sport Santé lancé par la Clinique Mutualiste La Sagesse et la Mutualité Française Ille et Vilaine est un programme d'un an, 100% gratuit* basé sur de l'accompagnement, de l'échange et du soutien.

(*hors surcoût clubs ou associations sportives).

Présentation du programme :

Suite à la prescription d'Activités Physiques Adaptées par un médecin, un premier rendez-vous est pris avec l'enseignante en APA pour que le patient puisse entamer son programme.

Plusieurs points d'étape sont mis en place tout au long de l'année** entre le patient et l'enseignante grâce à des tests, des entretiens et des rencontres... L'objectif de ces moments est de s'assurer que les activités conviennent au patient et qu'il y trouve des bénéfices sur son état de santé.

(**1 mois, 2 mois, 3 mois, 6 mois et 1 an).

Les apports de ce programme mis en place :

- Le patient est orienté et mis en relation avec les clubs ou associations sportives du territoire, signataires de la Charte Sport Santé Bien-être***.
- La Mutualité Française d'Ille-et-Vilaine peut faciliter l'adhésion aux clubs par la prise en charge de 40€ sur la cotisation.
- Le patient est suivi via le carnet de suivi Sport Santé de l'Agence Régionale de Santé et la Direction Régionale Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale de Bretagne.
- Le programme est adaptable en fonction des résultats aux tests du patient et des activités réalisées.

(*** fin de dossier noms des associations – fiche de présentation Mutualité Française Ille et Vilaine).

L'Activité Physique Adaptée (APA)

L'activité physique correspond par définition « à tout mouvement corporel produit par contraction des muscles squelettiques entraînant une augmentation de la dépense énergétique par rapport à la dépense énergétique de repos ». En somme, l'activité physique comprend l'activité sportive mais concerne également tous les mouvements de



la vie courante, par exemples : marcher, jardiner, faire du ménage, faire les courses, monter les escaliers, ...

Les Activités Physiques Adaptées (APA) regroupent donc **l'ensemble des activités physiques et sportives adaptées aux capacités des personnes fragiles, en situation de handicap (personnes âgées, en difficulté d'insertion sociale) ou atteintes de maladies chroniques**. L'objectif des APA est de prévenir l'apparition ou l'aggravation de maladies, d'augmenter l'autonomie et la qualité de vie des patients, voire de les réinsérer dans des activités sociales.

Maintenir une APA permet d'améliorer l'état de santé, le moral, la qualité de vie. Elle peut réduire d'environ 25% le niveau de fatigue, seule thérapeutique (non médicamenteuse) aujourd'hui reconnue. Elle modifie le sommeil et a un bon impact émotionnel et psychologique. Elle permet aussi de diminuer le stress, d'améliorer la concentration et les fonctions cognitives et, de prévenir le surpoids et l'obésité. Mieux pratiquer une activité physique régulière permet de tolérer plus facilement les traitements (diminution des effets secondaires, pour les douleurs neuropathiques ou douleurs articulaires) et d'améliorer la survie de plusieurs cancers.

Elle est dispensée par un professionnel formé spécifiquement à cette approche. Il construit avec le patient un programme adapté à ses capacités physiques, ses attentes, son état psychologique et/ou sa maladie. Généralement, l'APA se pratique en petit groupe pour que le professionnel puisse assurer un suivi individuel. Le but est de pratiquer une activité régulière et d'adopter un style de vie actif.

Source : site internet Assurance Prévention – 2018

Source : site internet MGC Prévention – 2019

Source : site internet Institut Curie - 2019

L'Activité Physique Adaptée (APA) et le Cancer

Selon des études de l'Institut National du Cancer, les méta-analyses les plus récentes confirment le rôle positif joué par l'Activité Physique Adaptée sur le suivi et l'accompagnement du patient pendant et après ses traitements.

Ces études suggèrent également des bénéfices en termes de réduction d'effets secondaires (pour les traitements hormonaux par exemple) et une récupération postopératoire plus importante (dans le cadre de certains cancers : ORL, sein, poumon).

Enfin, des données observationnelles montrent l'association de la pratique d'activité physique avec l'amélioration de la survie et la réduction du risque de récurrence (pour les cancers du sein, du côlon, de la prostate par exemples).

Les bienfaits de l'APA sur les patients atteints d'un cancer :

- **Amélioration de la condition physique**: capacité cardio-respiratoire, force, mobilité et souplesse, équilibre et composition corporelle



- **Modification du métabolisme et de l'immunité**
- **Amélioration de la qualité de vie** : réduction de la perception de fatigue, diminution des troubles anxio-dépressifs, estime de soi et image corporelle, amélioration de la douleur
- **Réduction des effets indésirables des traitements** : sur les conséquences de la chirurgie et radiothérapie (par exemple pour le cancer du sein en post-opératoire : bénéfiques sur la récupération de l'épaule et douleurs associées).

Source : étude de l'Institut National du Cancer sur les bénéfices de l'activité physique pendant et après cancer – 2017

Zoom sur le cancer en France

Selon Santé Publique France, les cancers représentent en France la première cause de décès chez l'homme et la deuxième chez la femme.

En 2018, le nombre total de nouveaux cas de cancer est estimé à 382 000 dont 54 % chez l'homme.

- Le cancer de la prostate reste le plus fréquent chez l'homme (50 000 nouveaux cas en 2015 - estimation non disponible en 2018), suivi des cancers du poumon et colorectal (respectivement 31 000 et 23 000 nouveaux cas en 2018).
- Chez la femme, le cancer du sein reste le plus fréquent (58 000 nouveaux cas en 2018). Viennent ensuite les cancers colorectal et du poumon (respectivement 20 000 et 15 000).

L'estimation du nombre total de décès par cancer s'élève en 2018, à 157 000 dont 57 % chez l'homme.

- Le cancer responsable du plus grand nombre de décès par cancer chez l'homme reste celui du poumon (23 000). Viennent ensuite les cancers colorectal et de la prostate (respectivement 9 000 et 8 000).
- Chez la femme, trois cancers sont responsables du plus grand nombre de décès par cancer : sein (12 000), poumon (10 000) et colorectal (8 000).
- L'évolution de la mortalité (taux standardisé) par cancer entre 1990 et 2018 est marquée par une diminution dans les deux sexes, plus prononcée chez les hommes.

Un certain nombre de cancers pourraient être évités : en 2015, on estime en France métropolitaine, qu'environ 41 % des cancers chez les plus de 30 ans étaient attribuables à des facteurs de risque modifiables comme le tabagisme, la consommation d'alcool, l'alimentation, le surpoids et l'obésité, certains agents infectieux, certaines expositions professionnelles, l'exposition aux ultraviolets naturels et artificiels...

Source : site internet Santé Publique France – chiffres mis à jour en 2020



Présentation des partenaires : Clinique Mutualiste La Sagesse & Mutualité Française Ille et Vilaine

Clinique Mutualiste La Sagesse

Présentation



La Clinique Mutualiste La Sagesse implantée dans le quartier de Cleunay à Rennes, est un établissement de santé privé d'intérêt collectif du groupe mutualiste HOSPI GRAND OUEST.

Elle propose 3 offres qui se répartissent entre le pôle mère-enfant, le pôle chirurgie et celui des spécialités médicales.



Chiffres clés :

- Capacité totale d'exploitation : **220 lits et places**
- Obstétrique : **59 lits / 6 places en ambulatoire / 9 lits de néonatalogie**
- Plus de **550 professionnels** (80 médecins dont 20 libéraux secteur 1) dont 22 gynécologues-obstétriciens, 8 pédiatres et 60 sages-femmes
- Près de **23 000 séjours** (dont 14 000 interventions opératoires et 1 300 ponctions d'ovocytes) et plus **150 000 consultations et actes externes en 2019**
- Plus de **3 600 naissances** (2^{ème} maternité régionale)
- Activité ambulatoire : près de 10 000 séjours en 2019, **9^{ème} établissement régional**, taux global de chirurgie ambulatoire 62 % en 2019
- Nombre d'interventions par jour en ambulatoire : plus de **40 interventions par jour** dont 5 pour les enfants de – 12 ans.

Le groupe Hospi Grand Ouest : repère

La Clinique Mutualiste La Sagesse appartient au groupe mutualiste HOSPI GRAND OUEST. Créé en 2010, HOSPI GRAND OUEST est un groupe mutualiste qui gère des établissements de santé en Pays de la Loire et Bretagne, et propose des soins qui allient qualité, sécurité, innovation et bienveillance. HOSPI GRAND OUEST se positionne comme une



alternative aux établissements du secteur public hospitalier et du secteur privé lucratif détenus par des fonds d'investissement.

Impliqué dans l'économie sociale et solidaire, en particulier au sein de la dynamique du groupe VYV, HOSPI GRAND OUEST garantit l'accessibilité à des soins de proximité pour tous et s'engage dans une politique tarifaire soucieuse des usagers, grâce à la participation d'acteurs incontournables du monde mutualiste : Harmonie Mutuelle, VYV Care, la Mutualité Française Finistère Morbihan, la mutuelle Malakoff Médéric, la CARAC, la Matmut, SHAM et MBA Mutuelle.

Les 10 établissements du groupe mutualiste HOSPI GRAND OUEST sont situés dans l'ouest de la France : Saint-Brieuc, Lannion, Quimper, Lorient, Rennes, Saint-Nazaire, Nantes, Saint-Gilles-Croix-de-Vie et Fontenay-le-Comte.



POUR EN SAVOIR PLUS :
clinique-rennes.fr



La Mutualité Française Ille et Vilaine (35)

Présentation



La Mutualité Française Ille et Vilaine est une union de mutuelles dont l'objet est la création et la gestion d'établissements sanitaires, sociaux et médico-sociaux, en réponse à des besoins non couverts ou mal couverts, de la petite enfance à la fin de vie. Elle est membre du groupe Vyv3, tout comme HOSPI GRAND OUEST.

Chiffres clés :

Elle dispose de **30 établissements** et services de soins et d'accompagnement sur le département animés par près de **280 collaborateurs** :

- **Pôle biens médicaux :**
 - 9 magasins d'optique,
 - 6 centres d'audioprothèses,
 - 7 centres de santé dentaire,
 - 1 laboratoire de prothèses dentaires,
- **Pôle Autonomie et vieillissement :**
 - 1 EHPAD,
 - 1 centre de soins infirmiers,
 - 2 SSIAD (Services de soins infirmiers à domicile)
 - 1 service d'ergothérapie : Adaptech,
 - 1 service d'Activités physiques adaptées

Le programme « Sport Santé » :

Dans le cadre de ses activités, elle a créé, en lien avec La Mutualité Française Côtes d'Armor, un service de prévention par l'Activité Physique Adaptée voici quelques années et à ce titre elle développe un programme « Sport Santé ». Elle propose environ 55 cours hebdomadaires à 600 adhérents réguliers sur les 2 départements.

Ce programme Sport Santé s'appuie sur des professionnels diplômés et s'articule autour de plusieurs actions :

- Des cours d'Activités Physiques Adaptées en petits groupes, proposés à des associations de patients ou à des personnes ayant des problèmes de santé ou ne pouvant pratiquer une activité physique dans un cadre classique,
- Obtention du label national « Maison Sport Santé » dans les Côtes d'Armor, et création de cette Maison Sport Santé



- Une expérimentation démarrée voici 18 mois à l'Hôpital Privé des Côtes d'Armor dans l'accompagnement à la reprise d'activités physiques pour des personnes ayant un cancer du sein. A ce jour, une quarantaine de personnes ont suivi ce programme et le retour d'expérience nous invite à élargir cette expérimentation. En effet, la communauté scientifique a démontré l'intérêt d'une pratique physique régulière dans l'amélioration de l'état de santé d'une personne ayant un cancer du sein, la diminution de la fatigue, la tolérance aux traitements, et la diminution des récives.

Aussi, il est proposé à compter du 1^{er} décembre 2020 de déployer l'action expérimentée à Hôpital Privé des Côtes d'Armor, à la Clinique Mutualiste la Sagesse, et courant 2021 à la Polyclinique du Trégor (établissements appartenant au groupe HOSPI GRAND OUEST).

A noter que dans le cadre de l'action menée avec la Clinique Mutualiste La Sagesse, la Mutualité Française d'Ille et Vilaine a intégré le collectif « Activité Physique et cancer » créé sur Rennes ; il permet aux personnes atteintes d'un cancer d'avoir accès à une multitude d'activités physiques adaptées sur le territoire.

Ce collectif inclut à ce jour :

- L'Association de médecine de l'exercice et du sport de Bretagne
- Association CAP Ouest (Cancer Activité Physique)
- ASSOCIATION CÉCILE ETOILE
- Association Eau de Rose
- Comité 35 de la ligue contre le cancer
- Association ReMoove
- Solution Riposte Bretagne
- Tennis club de Bruz
- Tsuki Energie
- La Mutualité Française d'Ille et Vilaine.

D'autres structures signataires de la charte "Sport Santé Bien-être" (réalisée par l'ARS et la DRJSCS) seront sollicitées par la Mutualité Française d'Ille et Vilaine.

