

Face à un cancer : mangez et bougez !



Bruxelles, le 12 novembre 2020 – Le 12 novembre, l'Institut Jules Bordet, centre de référence de lutte contre le cancer en Belgique, participe au Nutrition Day. L'occasion de rappeler les liens essentiels qui unissent une alimentation saine et une activité physique régulière à un traitement contre le cancer. Mangez et bougez : deux atouts « santé » dans les mains du patient face à la maladie.

Nutrition Day, une enquête internationale sur la nutrition des patients hospitalisés – quelques chiffres

Initié en 2006 par l'Université de Vienne et la Société Européenne de Nutrition Clinique et Métabolisme (ESPEN), le Nutrition Day lance chaque année une vaste enquête internationale (64 pays) au sein des unités d'hospitalisation. Réalisée par les équipes de nutrition et de diététique, cette enquête porte sur l'état nutritionnel des patients avant et pendant l'hospitalisation et l'impact de celui-ci sur la mortalité les 30 jours qui suivent l'enquête.

Les résultats qui en ressortent sont interpellant. L'analyse des chiffres récoltés depuis 2006 montre qu'en Belgique, 50% des patients mangent moins la semaine qui précède leur hospitalisation, 40% des patients perdent involontairement du poids endéans les 3 mois qui précèdent leur hospitalisation, 14 % des patients ne mangent rien pendant leur hospitalisation.

Concernant le suivi des patients 30 jours après le jour de l'enquête, les chiffres montrent une incidence de mortalité accrue (2 à 8 %) chez les patients ayant perdu du poids ou moins mangé avant et/ou pendant leur hospitalisation. Ceci s'observe dans toutes les tranches d'âge mais est plus significatif chez les sujets âgés. Ce constat ne fait que confirmer l'importance d'une prise en charge nutritionnelle dans le traitement des patients.

En cas de cancer, attention à la perte de poids involontaire !

Face au cancer, il est important de consulter un diététicien afin de mettre en place un régime adapté qui permet de contrôler les prises et pertes de poids. Une perte de poids involontaire est fréquemment observée chez les patients, ceci parfois dès le diagnostic. Les causes sont multiples : une perte d'appétit, des difficultés d'alimentation et/ou une intolérance digestive, une modification du métabolisme liée à la tumeur, des effets secondaires dus aux traitements, une certaine anxiété ou une tendance dépressive, etc.

Cette perte de poids entraîne un état de fatigue et une moins bonne tolérance aux traitements, voire altère le pronostic vital du patient. Face à ce constat, il est important de signaler toute perte de poids involontaire au médecin ou au diététicien. De façon générale, il est toujours recommandé de suivre une alimentation variée et équilibrée, composée de légumes et de fruits, de protéines (d'origine animale ou végétale) et d'un apport calorique adéquat. En cas de cancer, il est important de couvrir les besoins nutritionnels (nutriments et vitamines) pour maintenir un poids adéquat, combattre la maladie et mieux tolérer les traitements.

En quoi l'activité physique permet de mieux supporter la maladie ?

L'activité physique a longtemps été perçue comme néfaste pour une personne malade, censée se reposer au maximum. Or, il a été prouvé que le fait de mobiliser son corps avait de nombreux bénéfices. En effet, l'activité physique permet d'augmenter l'assimilation des protéines au niveau des muscles et de préserver la masse musculaire, essentielle pour chaque individu, surtout en cas de maladie. Par ailleurs, l'activité physique agit aussi positivement au niveau hormonal et immunitaire. Ces facteurs vont augmenter la tolérance au traitement et faciliter la récupération. L'activité physique doit, bien entendu, être adaptée à chaque patient compte tenu de sa maladie, de son traitement et de son âge.

Pour plus d'informations sur le Nutrition Day, visitez : www.nutritionday.org

Contacts Presse

Institut Jules Bordet

Ariane van de Werve

GSM : +32 486 17 33 26

E-mail : ariane.vandewerve@bordet.be

www.bordet.be

À propos de L'Institut Jules Bordet

Centre multidisciplinaire intégré, unique en Belgique, l'Institut Jules Bordet est un hôpital autonome entièrement consacré aux maladies cancéreuses.

Depuis plus de 80 ans, l'Institut Jules Bordet offre à ses patients des stratégies diagnostiques et thérapeutiques à la pointe du progrès pour prévenir, dépister et lutter activement contre le cancer. L'Institut poursuit trois missions : les soins, la recherche et l'enseignement. La réputation internationale de l'Institut attire en ses murs les plus grands experts dans le domaine du cancer. Son esprit d'innovation lui a permis de participer au développement et à la découverte de nouvelles techniques de diagnostic et de traitement majeurs, et ce, dans le but d'en faire bénéficier les patients le plus rapidement possible.

En mai 2018, l'Institut Jules Bordet a reçu officiellement, pour la seconde fois, l'accréditation et la certification de l'OECI (Organisation of European Cancer Institutes) comme « Comprehensive Cancer Centre » (Centre Intégré de Lutte contre le Cancer), un label de qualité réservé aux institutions de soins oncologiques multidisciplinaires intégrant la recherche et la formation. Une première en Belgique.

L'Institut Jules Bordet fait partie des réseaux de centres hospitaliers Iris et de l'Université Libre de Bruxelles. Avec ses 160 lits entièrement dédiés à la pathologie cancéreuse, l'Institut compte chaque année plus de 6000 patients hospitalisés, 81000 consultations et 15000 traitements de patients ambulatoires. Pour répondre de manière adéquate au développement démographique et scientifique du futur, l'Institut prévoit la construction d'un nouvel Institut Bordet sur le campus universitaire de l'ULB à Anderlecht à côté de l'Hôpital Erasme, dont l'inauguration est prévue en 2021.

www.bordet.be

Rue Héger-Bordetstraat 1, B-1000 Bruxelles/Brussel

T + 32 (0)2 541 31 11, F + 32 (0)2 541 35 06, BELFIUS: BE72 0910 0972 7816, www.bordet.be

Institut Jules Bordet, Association Hospitalière de Bruxelles régie par la loi du 8 juillet 1976
Jules Bordet Instituut, Ziekenhuisvereniging van Brussel onderworpen aan de wet van 8 juli 1976



À propos des Amis de l'Institut Bordet

Les Amis de l'Institut Jules Bordet sont une ASBL ayant pour seul et unique but de soutenir et financer la recherche à l'Institut Jules Bordet, centre oncologique de référence en Belgique et à l'étranger. Premier donateur privé de l'Institut Bordet, « Les Amis » lui ont apporté près de 13 millions d'euros au cours des 5 dernières années.

Les progrès accomplis ces dernières années en oncologie ont été considérables. On comprend de mieux en mieux l'origine biologique du cancer. Là où il y a quelque dix ans on ne parlait que de l'analyse microscopique des tumeurs, on parle aujourd'hui de profil génétique, de séquençage... Des dizaines de nouvelles molécules et de nouveaux marqueurs ont vu le jour, permettant l'avènement des traitements personnalisés. Ces progrès ont été en grande partie rendus possibles grâce aux extraordinaires progrès technologiques de ces dernières années. Mais ces nouvelles techniques qui nous permettent désormais de sonder l'infiniment petit coûtent de plus en plus cher.

Depuis 50 ans, l'aide des « Amis » permet à l'Institut Jules Bordet de poursuivre ses recherches de pointe en profitant des technologies les plus avancées, et d'offrir ainsi aux patients les techniques de dépistage et de soin les plus innovantes, génératrices de vie et d'espoir.

Aider et soutenir « Les Amis de l'Institut Bordet », c'est participer aux nombreux programmes de recherche que ceux-ci soutiennent et qui vont tous dans un seul et même sens, faire gagner la vie.

Pour en savoir plus au sujet de l'Association Les Amis de l'Institut Bordet, visitez le site web www.amis-bordet.be.

Pour en savoir plus sur les « 101 tables pour la vie », visitez le site web www.101tables.com.