

## ATTESTATION

VANESSA BERGER

a suivi le

COURS DE FORMATION CONTINUE

CANCER, SPORT ET MOUVEMENT

LES BÉNÉFICES D'UN PROGRAMME D'ACTIVITÉS PHYSIQUES ADAPTÉES

Dates: les 5, 6 novembre et 3, 4 décembre 2021 (32 heures)



Jérôme Barral, MER  
Direction du programme  
Institut des sciences du sport  
Faculté des sciences sociales  
et politiques,  
Université de Lausanne



Nicolas Reverchon  
Coordination du programme  
Maître de sport  
Spécialiste en Activités Physiques  
Adaptées



Prof. Jérôme Rossier  
Directeur scientifique UNIL de la  
Fondation pour la formation  
continue universitaire lausannoise

## DESCRIPTIF DU COURS DE FORMATION CONTINUE CANCER, SPORT ET MOUVEMENT

---

### OBJECTIFS

- Saisir les spécificités des maladies cancéreuses et leurs traitements
- Distinguer les avancées scientifiques actuelles relatives aux effets de l'activité physique dans un contexte de réadaptation oncologique
- Être en mesure d'évaluer la condition physique et d'identifier les difficultés physiques, psychiques et sociales de chacun-e afin de fixer des objectifs appropriés
- Savoir établir et conduire un programme d'APA, valoriser et utiliser les bénéfices d'une activité de groupe et aider les patient-e-s à reprendre confiance en leurs capacités physiques
- Savoir reconnaître et anticiper les situations d'urgence lors d'activités physiques en intérieur ou extérieur

### PROGRAMME

Ce programme hybride se déroule dans une articulation permanente entre enseignement présentiel et enseignement à distance.

#### **Thème 1 : Les enjeux du sport et du mouvement en oncologie**

- Historique et évolution : spécificités et buts selon le-la médecin réadaptateur-trice
- Les cancers : description de la maladie, traitements et effets secondaires, symptômes et spécificité

#### **Thème 2 : Le vécu du-de la patient-e au regard de la maladie**

- Évaluation et approche thérapeutique de l'état psychique du-de la patient-e
- Gestion de situations difficiles avec les patient-e-s
- Fatigue et douleurs liées au cancer : stratégie et comportement à adopter
- Modifications du poids et alimentation
- Réseaux autour du-de la patient-e
- Chirurgie en oncologie

#### **Thème 3 : Concevoir et appliquer un programme d'APA**

- Physiologie de l'effort sous le regard de la maladie
- Recommandations et contre-indications à l'effort
- Activités physiques, sport et thérapies par le mouvement en oncologie
- Gestion et bénéfice des APA en groupe
- Situations d'urgence et programme de sécurité

#### **Capsules vidéos**

- Réadaptation en oncologie
- Évaluer la condition physique, les habiletés motrices et le bien-être
- Activité physique et cancer
- Séances animées d'APA et témoignages
- Lymphœdème, comportement protecteur et activités de la vie quotidienne
- Radiothérapie
- Oncologie pratique (matériel, stomie, Port-a-Cath®)