SEMAINE NATIONALE DE LA DÉNUTRITION

GUIDE D'ACTION À DESTINATION DES PROFESSIONNELS ACCOMPAGNANT LES PERSONNES ATTEINTES DU CANCER POUR LUTTER CONTRE LA DÉNUTRITION

LUTTE CONTRE LA DÉNUTRITION
LE COLLECTIF

rédigé en collaboration avec Unicancer, l'InterClan des CLCC, l'Institut Gustave Roussy et le réseau NACRe

unicancer · INTERCLAN CLCC Experts nutrition cancer · GUSTAVE ROUSSY CANCER CAMPUS GRAND PARIS · NACRe Nutrition Activité physique Cancer Recherche

LE CARNET DE SUIVI DU POIDS

Le Collectif de lutte contre la dénutrition souhaite vous donner un outil pour suivre le poids des patients, le carnet de suivi du poids, pendant les divers traitements : périopératoire, chimiothérapie, immunothérapie ou au cours de la radiothérapie

Le tableau, très simple, permet au patient de noter son poids, ce qu'il mange et comment il évalue son niveau d'activité physique. Cet outil peut vous aider à mieux connaître son véritable poids ainsi que ses habitudes et difficultés alimentaires durant le traitement.

LES ONCOLOGUES PEUVENT ÉGALEMENT POSER CES TROIS QUESTIONS

- Avez-vous perdu du poids involontairement (5 à 10 % ou plus) au cours des 3 à 6 derniers mois / depuis notre dernière consultation ?
- Avez-vous mangé moins que d'habitude au cours de la semaine écoulée /depuis notre dernière consultation ?
- Avez-vous perdu des forces ou vous sentez-vous plus faible que d'habitude depuis notre dernière consultation ?

	Pourquoi ?	**Quoi faire ?**
Poids corporel	➘ Le poids corporel doit être maintenu stable ➘ La perte de poids involontaire est un marqueur de la dénutrition liée au cancer. ➘ La perte de poids involontaire est un facteur prédictif indépendant de mauvais résultats chez les patients atteints de cancer	**OUI** Adresser le patient à un expert en nutrition pour un dépistage / une évaluation et des conseils nutritionnels. Le patient pourrait avoir besoin des soins nutritionnels **NON** SURVEILLER : Demander au patient de surveiller son poids et de remplir le CARNET.
Appétit et prise alimentaire	➘ L'anorexie (c'est-à-dire la diminution du désir de manger) est un symptôme accompagnant fréquemment la maladie cancéreuse ➘ L'anorexie peut réduire la prise alimentaire ➘ La diminution de la prise alimentaire, qui n'est pas uniquement due à l'anorexie, est un facteur déterminant de la perte de poids associée au cancer ➘ Le patient peut avoir besoin de compléments nutritionnels oraux (CNO) pour couvrir entièrement ses besoins nutritionnels	
Force et mobilité	➘ La perte de masse/fonction musculaire est fréquente au cours du cancer et est un marqueur de dénutrition liée au cancer ➘ La perte de masse musculaire peut entraîner une toxicité plus élevée de la chimiothérapie, une moins bonne observance des traitements oncologiques, des retards et des interruptions dans la thérapie, une perte de mobilité, d'autonomie et une survie plus courte, entre autres ➘ Plusieurs médicaments antinéoplasiques peuvent aggraver la perte/fonction musculaire ➘ La perte musculaire peut parfois être cachée par un poids corporel normal ou excessif (en particulier chez les patients ayant un indice de masse corporelle élevé	

© Muscaritoli et al. Cancers, 2023

MESURE DE LA FORCE MUSCULAIRE



Idée d'atelier pour les professionnels : mesurer très simplement votre force musculaire et celle des personnes que vous accompagnez à l'aide d'un HANDGRIP.

UN HANDGRIP, QU'EST-CE QUE C'EST ?

C'est un appareil qui mesure la force musculaire, plus précisément la force de préhension. La perte de force (chez l'homme < 27 kg, chez la femme < 16 kg) est un critère phénotypique du diagnostic de la dénutrition.

TEST DE MESURE DE LA SARCOPÉNIE

LA SARCOPENIE, QU'EST-CE QUE C'EST ?

La sarcopénie est la diminution de la masse et de la fonction musculaire qui débute progressivement à l'âge adulte ou plus tôt lorsqu'une maladie chronique existe. Elle s'aggrave avec la dénutrition liée au cancer et ses traitements.

POURQUOI ET COMMENT LA MESURER ?

La sarcopénie est fréquente chez les patients atteint de cancer. Il est important de prévenir et diagnostiquer la sarcopénie car elle est associée à une augmentation du risque de complications, de réadmissions hospitaliers, d'infections sévères et de mortalité.

Le dépistage de la sarcopénie est simple. La force de préhension est un indicateur de risque de sarcopénie lorsque la force est inférieur à 16 kg chez la femme et 27 kg chez l'homme.

La mesure de la masse musculaire nécessite un **IMPÉDANCEMÈTRE**.
La diminution de la masse musculaire est définie par un indice de masse musculaire bas (masse musculaire (kg) / taille^2 (m), comme pour l'IMC), c'est-à-dire <7 kg / m^2 chez l'homme et <5,7 kg / m^2 chez la femme (5,5 chez la femme âgée).
Chez la personne âgée un tour de mollet < 31 cm est également le signe d'une masse musculaire insuffisante.

Faites le Test SARC-F !

Composante	Question	Score
Force	Avez-vous des difficultés pour lever et transporter 4,5 kg ?	Aucune = 0 Un peu = 1 Beaucoup ou incapable = 2
Troubles de la marche	Avez-vous des difficultés pour traverser une pièce ?	
Lever d'une chaise	Avez-vous des difficultés pour vous lever d'une chaise ?	Aucune = 0 Un peu = 1 Beaucoup, avec aide ou incapable = 2
Montée des escaliers	Avez-vous des difficultés pour monter 10 marches ?	
Chutes	Combien de fois êtes-vous tombés dans les 12 derniers mois ?	Pas de chute = 0 1 à 3 chutes = 1 ≥ à 4 chutes = 2

- Un score ≥ 4 définit la sarcopénie
- Ce test présente une excellente spécificité, c'est à dire qu'il diagnostique avec précision l'absence de sarcopénie.

DÉNUTRITION



de personnes en situation de dénutrition



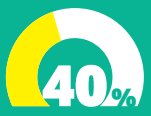
des personnes hospitalisées



des enfants hospitalisés



des personnes à domicile de + de 70 ans



des malades atteints de cancer

CE QUE CONTIENT LE GUIDE

Le Collectif de lutte contre la dénutrition a décidé d'élargir son offre d'outils d'accompagnement des professionnels et des malades en proposant, grâce à un travail collaboratif avec ses partenaires, un guide d'action sur le champ de la cancérologie.

Il remercie Unicancer, l'Interclan des CLCC, l'Institut Gustave Roussy et la Ligue contre le Cancer d'avoir permis la création d'un tel document.

Destiné aux professionnels comme aux patients, ce guide d'action comprend un certain nombre d'annexes qui sont autant d'outils qui leur seront utiles dans leur quotidien :

- **Un carnet de suivi du poids, pour mesurer l'évolution du poids, de l'appétit et de l'activité physique des patients pendant l'ensemble de la chimiothérapie ;**
- **Une idée d'atelier autour de la mesure de la force musculaire avec un « Handgrip » ;**
- **Les informations essentielles pour réaliser une action de dépistage de la dénutrition et la sarcopénie.**

VOUS VOUS POSEZ DES QUESTIONS ?

Trouvez vite en quelques clics les réponses à vos interrogations...

S'INFORMER

Le site du Collectif de lutte contre la dénutrition