



## PRÉVENTION

Prévenir la dénutrition et la perte de poids, grâce à un accompagnement alimentaire et nutritionnel, peut contribuer à un meilleur respect du plan de traitement durant un cancer. **Il est donc essentiel d'être proactif en la matière !**

Dès l'annonce de votre diagnostic, un suivi adapté peut vous :

- **aider à conserver ou augmenter votre poids** à un niveau optimal et favoriser la réponse au traitement, le pronostic et la qualité de vie
- **accompagner si vous rencontrez une difficulté alimentaire** (perte de goût, d'odorat, troubles digestifs...)

À chaque étape de votre parcours, l'équipe de nutrition oncologique vous accompagne et vous propose une prise en charge personnalisée.

Cette équipe est transversale et peut donc vous orienter vers d'autres spécialités en fonction de vos besoins. L'objectif est d'agir le plus efficacement possible et vous éviter ainsi les conséquences négatives de la dénutrition et la perte de poids sur votre traitement.



## ÉQUIPE NUTRITION ONCOLOGIQUE

**Dr Ingrid Perlot** : Gastroentérologue - Nutritionniste  
attachée à l'oncologie - 065 41 37 57

**Aurore Dagnely** : Diététicienne référente en oncologie  
065 41 33 83

**Catherine Delbecq** : Diététicienne référente en  
oncologie - 065 41 33 84

Cette brochure a été réalisée avec l'avis de nos patients et de leurs familles

Éditeur responsable : CHUPMB / Rédacteur : A. Dagnely / Approbateur : Dr I. Perlot  
Contenu basé sur une brochure de la Fondation contre le Cancer  
DOC-778-0420 / Version 1



Fondation  
contre le Cancer

OK POUR UN PETIT  
SUPPLÉMENT!...

UNE FOIS RÉTABLI,  
JE LA DEMANDE EN  
MARIAGE...



# — Oncologie nutrition

# Dénutrition et cancer

## Ne sous-estimez pas l'impact !

Bienveillance

CHUPMB • Centre Hospitalier Universitaire et Psychiatrique de Mons-Borinage





## DÉNUTRITION ET PERTE DE POIDS

**87% des patients** atteints de cancer sont confrontés tôt ou tard à **la dénutrition et à la perte de poids.**

La maladie ainsi que les traitements peuvent s'associer à une détérioration de l'état nutritionnel et mener à une dénutrition.

**La perte de poids est, le plus souvent, due à une insuffisance d'apports alimentaires**, qui ne permet plus de couvrir les besoins de l'organisme, augmentés en raison du cancer.

**Le corps puise** alors l'énergie nécessaire à son fonctionnement **dans ses réserves** (les muscles et la graisse).

Cette perte de poids peut mener à une dénutrition aux conséquences multiples :

- diminution de la tolérance des traitements en augmentant leur toxicité ;
- augmentation du risque d'infections, de plaies cutanées, de chutes ou encore de fractures ;
- diminution des capacités physiques, de l'autonomie, du moral et de la qualité de vie ;
- prolongation de la durée d'hospitalisation.



## DÉNUTRITION ET SURPOIDS

Les patients en surpoids et obèses peuvent aussi être touchés par la dénutrition et la perte de masse musculaire en cas de cancer.

Une perte de poids n'est donc jamais recommandée en cours de traitement et n'est pas bénéfique pour mieux supporter les traitements.



## CONSEILS

**Pesez-vous une fois par semaine** et signalez toute perte de poids involontaire (dès 2 ou 3 kg) à votre médecin et diététicienne.  
**N'attendez pas qu'elle soit trop importante.**



## PERTE DE MASSE MUSCULAIRE

La perte de masse musculaire **augmente la toxicité** de plusieurs chimiothérapies. Cela peut mener à réduire les doses, à retarder voire à abandonner le traitement.

### → Comment prévenir la perte musculaire ?

Dans la mesure du possible, vous pouvez réaliser une activité physique douce telle que la marche, la marche nordique... afin de prévenir la perte musculaire.

Il est prouvé que la pratique d'une activité physique régulière permet, entre autres, d'améliorer : la mobilité, la composition corporelle (augmentation de la masse musculaire et diminution de la masse grasse), les défenses immunitaires, la confiance en soi, la qualité de vie et le bien-être général.

Avec les traitements, il est parfois complexe d'exercer une activité physique. Il est donc primordial de rester actif en pratiquant notamment vos activités quotidiennes : cuisine, jardinage...

Parlez-en à l'équipe d'onco-nutrition afin d'être accompagné, soutenu et orienté vers des ressources adéquates (psychologue, kinésithérapeute...).



## DÉNUTRITION CHEZ LA PERSONNE AGÉE

Ces personnes ont besoin d'un plan de traitement adapté en cas de cancer car elles présentent un risque accru de dénutrition, de perte de poids et de perte de masse musculaire.

Nous disposons de spécialistes en onco-gériatrie et de toutes les structures permettant de vous prendre en charge et ce, en prenant en compte toutes les spécificités liées à votre âge et à votre pathologie.



**Quel que soit votre âge ou votre corpulence, vous pouvez être atteint de dénutrition ; tout le monde peut être touché.**  
**Ne négligez pas ses impacts sur votre santé.**