

# PROGRAMME

## Kinésithérapie & Cancer du Sein

2 jours, soit 14 heures en présentiel  
avec Jocelyne ROLLAND, Anne GARREAU & Annabelle JEANNE

Formation réservée aux Masseurs-Kinésithérapeutes DE et Physiothérapeutes francophones

### OBJECTIFS :

Cette formation entre dans le cadre des objectifs de politique de santé en matière de soins de support pour la prévention et le traitement des séquelles survenant après la chirurgie et les traitements médicaux du cancer du sein.

La prise en charge des femmes à tout instant de ce long parcours du combattant nécessite une approche spécifique pour être efficace dans le choix de gestes thérapeutiques pertinents, dans la mise en place d'une éducation thérapeutique et dans l'orientation de cette patiente vers d'autres soins de support.

Il est primordial pour la guérison des cancers du sein que la femme retrouve confiance en elle après un geste chirurgical mutilant. En minimisant les complications des cicatrices, les raideurs ou les fibroses, les douleurs ou les œdèmes le kinésithérapeute trouve une place essentielle. Il contribue alors à la remise en mouvement de cette patiente et l'accompagne dans la reprise de l'activité physique recommandée.

- Au terme de la formation, les professionnels devraient avoir acquis de l'aisance dans le contact avec les femmes atteintes de cancer du sein, zone de féminité empreinte de pudeur.
- La connaissance approfondie de cette pathologie et de son traitement devrait permettre une meilleure adaptabilité du thérapeute conduisant à un dosage adapté des exercices et des efforts demandés après la chirurgie initiale, au cours des traitements secondaires (radiothérapie, chimiothérapie, thérapie ciblée, hormonothérapie), puis avant et après ou sans reconstruction du sein.
- Enfin, l'information sur les techniques actuelles de chirurgie et de reconstruction mammaire, devrait permettre aux praticiens une prise en charge optimale avec une parfaite visibilité et en toute connaissance des objectifs de la rééducation et de la massothérapie à visée antalgique, fonctionnelle, posturale et plastique.

### PROGRAMME :

- **1er jour :** Jocelyne ROLLAND  
**Connaître le cancer du sein & la kinésithérapie adaptée au cancer du sein**

09h00 *Accueil des participants*

09h30 - Introduction : Présentation de la formation et de la spécificité en cancérologie.

- Les chiffres du cancer du sein en France et dans le monde
- Le rôle de la kinésithérapie tout au long du parcours : les principes et les objectifs (savoir-faire et savoir être)
- Les soins de support, les associations de patient
- Les réseaux professionnels en sénologie : comment être référencé
- La prescription en sénologie et les cotations en kinésithérapie
- Prescriptions et cotations, anatomie du sein, dépistage, prévention des facteurs de risque

10h45 - Rappel de l'anatomie du sein et du creux axillaire

- Rappels : prévention, dépistage et diagnostic du cancer du sein

# PROGRAMME

- 11h30 - Les grandes orientations des traitements loco-régionaux et systémiques  
- Les différents types de chirurgie mammaire et axillaire  
- Les effets secondaires des traitements loco-régionaux  
- Principes et objectifs de la prise en charge kinésithérapique avant et après la chirurgie.
- 13h *Déjeuner*
- 14h - Après la chirurgie : Le bilan et la première séance en sénologie  
- La prise en charge précoce, l'importance de la respiration  
- L'attitude de protection du sein : description et prise en charge  
- L'épaule en sénologie, les freins à la récupération, les exercices spécifiques, l'équilibre musculaire à retrouver  
- Apport de l'activité physique dans la récupération : quand, comment ?
- 15h45 - La Radiothérapie : description, effets secondaires et stratégie thérapeutique en kinésithérapie avant, pendant et après l'irradiation
- 16h30 - Les différents cancers du sein et leurs spécificités (luminaux, HER2+, Triple négatif, génétique) et les situations particulières : homme, cancer du sein associé à la grossesse, cancer bilatéral)  
- La maladie métastatique : prise en charge en kinésithérapie  
- Cancer du sein expliqué aux enfants  
- La fatigue et la douleur, explications et prise en charge kinésithérapique tout au long du traitement
- 18h *Fin de la journée*

• **2ème jour** : Anne GARREAU ou Annabelle JEANNE  
**Agir en fonction des effets secondaires locaux et systémiques des traitements et lors des reconstructions mammaires**

- 9h - Les possibles complications post opératoires immédiates et secondaires généralités  
- Les lymphocèles, les cordes lymphatiques et la lymphostase : description et traitements  
- Différencier les cordes lymphatiques des brides pectorales, et les lymphostases des lymphœdèmes  
- Particularités de la prise en charge des cicatrices en sénologie  
- Description des traitements médicamenteux et de leurs effets secondaires
- 11h - La chimiothérapie, explication du mode d'action, effets secondaires (sarcopénie, neuropathies, fatigue...) et différents traitements possibles  
- L'hormonothérapie, importance du statut ménopausique sur le choix du traitement, effets secondaires (douleurs ostéo articulaires, prise de poids, troubles du climatère...), et différents traitements possibles  
- Les traitements innovants, porteurs d'espoir  
- Quelles cures thermales pour se reconstruire après le cancer ?
- 12h30 *Déjeuner*
- 13h30 - Les reconstructions mammaires : toutes les propositions pour nos patientes, avantages et inconvénients.  
- Reconstruction immédiate ou secondaire ?  
- Les implants : description, différence entre la pose anté et rétro pectorale, les expandeurs, et la rééducation pertinente en fonction des différents cas de figure  
- Les lambeaux : description des différents lambeaux (libres ou pédiculés) et rééducation adaptée

# PROGRAMME

- 15h30 - Le lipofilling : description et rééducation
- La reconstruction de la plaque aréolo-mamelonnaire : les différentes techniques proposées
  - Informations et réflexion sur non-reconstruction ou reconstruction à plat
  - Les reconstructions de demain : les solutions d'avenir, la recherche

17h *Fin de la journée*

---

## METHODOLOGIES :

---

### Méthodes pédagogiques mises en œuvre :

Le format retenu pour cette formation est le format présentiel dans un même temps et un même lieu, ce qui permet le contact direct entre le formateur et les stagiaires, en s'appuyant sur les différentes méthodes pédagogiques ci-dessous, employées en alternance, au fur et à mesure du déroulement de la formation :

- **Méthode participative - interrogative** : les stagiaires échangent sur leurs pratiques professionnelles, à partir de cas cliniques et des résultats des évaluations avant formation.
- **Méthode expérientielle** : modèle pédagogique centré sur l'apprenant et qui consiste, après avoir fait tomber ses croyances, à l'aider à reconstruire de nouvelles connaissances.
- **Méthode expositive** : le formateur donne son cours théorique, lors de la partie cognitive.

### Afin d'optimiser la mise en œuvre de ces méthodes, les supports et matériels mis à disposition sont :

- Projection PPT du cours
- Polycopié en version numérique reprenant le PPT et divers documents annexes

### Type d'évaluation pratiquée par l'organisme de formation :

- Évaluation des connaissances et pratique professionnelle avant la formation par QCM
- Évaluation théorique et pratique par le formateur tout au long de la formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

---

## FORMATRICES :

---

### Jocelyne ROLLAND

- Masseur-kinésithérapeute DE, Cadre de Santé, activité libérale et hospitalière en sénologie
- Master Professionnel, Sciences de l'Éducation, « Mission et Démarche du Consultant » Université Aix-Marseille 1
- DU Sport Santé Paris V René Descartes
- Instructeur Pilates, créatrice du Rose Pilates
- Créatrice du concept "AVIROSE"
- Auteur du livre « Belle et en forme après un cancer du sein. La méthode Rose Pilates » éd. Frison Roche / Ellébore, 2016
- Auteur du livre « La méthode Avirose - se reconstruire en douceur après un cancer du sein » éd. Kiwi, 2019
- Auteur du livre « Que faire après un cancer du sein. Toutes les réponses à vos questions » éd. Odile Jacob, 2021

# PROGRAMME

## **Anne GARREAU**

- Masseur-kinésithérapeute DE, exercice libéral depuis 1991
- Titulaire du D.U. de Sénologie (Nantes)
- Ostéopathe D.O. (Cethom)
- Chargée du module de Sénologie dans les IFMK de Fontainebleau et de Meaux
- Membre des réseaux RKS et "se reconstruire en douceur"
- Co-fondatrice des "lundis roses" (APA sénologie)

## **Annabel JEANNE**

- Masseur-kinésithérapeute DE, exercice libéral depuis 1997
- Titulaire du D.U de Sénologie (Nantes)
- Chargée du module de Sénologie dans les IFMK de Fontainebleau et de Meaux
- Membre des réseaux RKS et "se reconstruire en douceur"
- Co-fondatrice des "lundis roses" (APA sénologie)