

Conseils nutritionnels

au cours d'un traitement en cancérologie

Cancer du sein et prise de poids

Le lien entre surpoids, obésité et cancer du sein n'est plus à prouver. Aussi, une surcharge pondérale et/ou une prise de poids pendant les traitements augmentent le risque de récurrence, de second cancer et de mortalité.

Il est cependant **déconseillé de chercher à perdre du poids sans une aide médicale**. En effet, une perte de poids trop rapide ou trop importante peut influencer négativement l'effet du traitement, créer une dénutrition, des carences et une fonte musculaire délétère. Nous chercherons donc surtout à éviter la prise de poids.



Il s'agit d'avoir une **alimentation équilibrée** liée à l'écoute de vos sensations alimentaires et de votre corps. Ceci additionné à une **activité physique adaptée** afin d'éviter la fonte musculaire et améliorer la récupération. La prise en compte de vos **émotions** est également importante afin de comprendre votre comportement alimentaire.

N'hésitez donc pas à prendre contact avec le/la diététicien.ne du service, un.e psychologue et un.e professeur d'Activité Physique Adaptée.

