

# APA ET CANCER

## RÔLE DU MUSCLE ET ENJEUX DE PRÉVENTION DE LA SARCOPÉNIE



SFP-APA



### DATE

26 NOVEMBRE 2026

### HORAIRES

De 9h00 à 13h00

### PRE-REQUIS

Licence en APA-S

### FORMATEUR

**Quentin** **Jacquinet:**

Responsable Recherche et Développement APA et Cancer à l'IRFC de Franche-Comté, Doctorat STAPS-APAS, DU APA Nutrition et cancer, formation ETP

### FORMAT

Distanciel

### DUREE

4 heures

### TARIFS

110 € adhérent

140 € non adhérent

180 € en formation continue

(employeur)

### CONTACT

**HUMBERT JOFFREY**

[formationcontinue@sfp-apa.fr](mailto:formationcontinue@sfp-apa.fr)

## Contexte

- La sédentarité et l'inactivité physique induite par la maladie et les traitements souvent lourds du cancer ont des répercussions majeures et durables sur la qualité de vie des patients. Le déconditionnement physique des patients est caractérisé par un déconditionnement cardio-respiratoire mais aussi et surtout musculaire. La masse musculaire est directement corrélée au pronostic de survie des patients et la prévention de la sarcopénie devient alors un enjeu majeur de prévention secondaire et tertiaire chez les patients.
- Les recommandations en APA et cancer préconisent une prise en charge multimodale comprenant à la fois du reconditionnement à l'effort aérobie et du renforcement musculaire. Pour autant, les modalités d'exercice doivent être suffisantes pour espérer avoir un effet sur le muscle. Comme chez le sportif de haut-niveau, un accompagnement nutritionnel et de renforcement musculaire efficace reposent sur des caractéristiques précises d'exercice que nous chercherons à développer dans cette formation, de façon à donner des pistes de travail aux EAPA souhaitant intervenir en oncologie.

## Objectifs pédagogiques

- Connaître les spécificités du déconditionnement physique et en particulier musculaire des patientes atteints de cancer
- Connaître des situations cliniques particulières en lien avec la dénutrition (nutrition entérale et parentérale, cachexie)
- Identifier des stratégies de prise en charge en APA
- Appréhender les risques et les freins à la pratique du renforcement musculaire pour des patients atteints de cancer
- Situer son intervention dans un contexte global de prise en charge en l'articulant avec des professionnels médicaux et de la nutrition

## Compétences spécifiques visées

- Être capable de repérer une personne à risque de sarcopénie en intégrant des tests spécifiques au bilan APA
- Être capable de définir des objectifs individualisés en APA pour prévenir et corriger la sarcopénie
- Être capable de situer son intervention en APAS par rapport à un accompagnement global plus large incluant le travail pluridisciplinaire

# APA ET CANCER

## RÔLE DU MUSCLE ET ENJEUX DE PRÉVENTION DE LA SARCOPÉNIE



SFP-APA



### Programme de la formation

9h-9h15 : Présentation de la formation et des objectifs

9h15-10h : Contenus théoriques et rappels concernant les

caractéristiques du déconditionnement physique et musculaire des personnes atteintes de cancer.

10h-10h30 : Quelles sont vos pratiques ?

- Tests physiques d'évaluation de la fonction musculaire,
- Programmation individualisée en APA
- Modalités d'intervention spécifiques

10h30-11h : Débrief et ajustements pour concevoir son intervention APA

11h20-12h : Situations cliniques particulières en lien avec la dénutrition et la sarcopénie :

- Quelles caractéristiques ?
- Quels risques ?
- Quelles précautions à l'exercice ?
- Quelles recommandations ?

12h-12h45 : Restitution et échanges

12h45-13h : Discussions et retours sur la formation

### Moyens pédagogiques

- Apports théoriques avec diaporama de support
- Situations pédagogiques participatives
- Etudes de cas cliniques
- Des ressources complémentaires proposées en fin de formations (podcast, conférence en ligne, articles et rapports)

### Modalités d'évaluation et de suivi

- Feuille d'émargement pour chaque journée ou demi-journée de formation
- Evaluation des acquis des participants en fin de session
- Evaluation « à chaud » à la fin de la session
- Evaluation à froid pour attester de la montée en compétence
- Attestation de fin de formation

### Inscription

- Plateforme Helloasso pour une inscription individuelle [ici](#) ou



- Convention pour une inscription par votre employeur, contactez-nous à l'adresse mail suivante : [formationcontinue@sfp-apa.fr](mailto:formationcontinue@sfp-apa.fr)