



ELAN-REV

Études Locales d'Actions de progrès Novatrices
de Santé par la Réadaptation à l'Effort Volontaire

Etude basée sur l'Expérience Grenobloise

Présentation de ELAN-REV

Statut :

Association pluridisciplinaire (Loi 1901)

Bureau :

Président	Pr. Jacques BALOSSO	Médecin Radiothérapeute , CHU Grenoble, Dir. Centre Étoile, Lyon
Vice-présidente	Mme Corinne TERRASSE	Chef d'entreprise , Grenoble
Secrétaire	Melle Marie GUILLARD	Professeur Activité Physique Adaptée (APA) , Grenoble
Vice secrétaire	Pr. Carmine SESSA	Chirurgien vasculaire , CHU Grenoble
Vice secrétaire	Dr Jan BEHRENDT	Médecin , cabinet libéral et CHU Grenoble
Trésorier	Mr Christian POTIE	Chef d'entreprise , Meylan

Mission et activités :

Promouvoir et mettre en œuvre des actions dans le champ de la Prévention et Réadaptation Santé dans le cadre des **Maladies Chroniques**, et en particulier des **pathologies cancéreuses, cardiovasculaires et métaboliques**, visant à **améliorer la qualité de vie** des personnes, pendant et après les traitements, et à **participer à la réduction des coûts de santé publique**,

Parrainage et soutiens (en cours de validation) :

Ministère de la Santé (Hauts Patronages), Cancéropole Rhône-Alpes (CLARA), Fondation ARCAD (Aide et Recherche en Cancérologie Digestive), Mutuelle RADIANCE, autres mutuelles, autres fondations...

Contacts :

ELAN-REV, 5 rue Félix Poulat – 38000 GRENOBLE
Tél : 04 38 02 28 47
Mail : contact@elan-rev.com Site : www.elan-rev.com

Présentation de A'MANILIA

Entreprise :

Centre privé de Réadaptation et Prévention Santé

Professionnels :

Mme TERRASSE Corinne
Mlle GUILLARD Marie
Dr. MANGIONE Brigitte
Dr. BEHRENDT Jan

Direction,
Activité Physique Adaptée (APA),
Psychothérapie, médecine, formation psychanalytique, tabacologie
Sécurité médicale, médecine d'urgence, médecine du sport

Parrain :

Pr. CASTAING Denis

Chef de Service du Centre Hépatobiliaire de Villejuif

Activités :

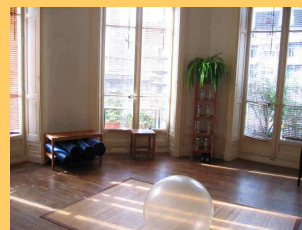
Activité Physique Adaptée : Réentraînement Cardiorespiratoire, Renforcement Musculaire, Récupération / Relaxation

Hygiène de Vie : alimentation, sommeil, sevrage tabagique...

Accompagnement psychologique : suivi psychothérapeutique

Staffs pluridisciplinaires hebdomadaires +Coordination avec les médecins traitants, voire le médecin spécialiste de la pathologie (ex : cardiologues)

Certificat médical obligatoire



contact@manilia.fr
www.manilia.fr

A'MANILIA : pratique de l'Activité Physique Adaptée (APA)

	COMPOSANTE ORGANIQUE RÉENTRAÎNEMENT CARDIO
OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Reconditionner et améliorer la tolérance à l'effort ➤ Contrôler et stabiliser le poids ➤ Contrôler de la tension artérielle ➤ Stimuler le système immunitaire ➤ Réduire les troubles vasculaires ➤ Réguler le métabolisme ➤ Réguler le transit
METHODES ET MATERIEL	<p>CARDIORESPIRATOIRE</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sur machine ➤ Temps, puissance, FC, RPM ➤ Séance de 20 à 30' ➤ 2 séances par semaine
	<p>EFFORT ADAPTÉ</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Test d'effort initial ➤ Individualisation et Adaptation continue des séances ➤ Sécurité : présence médicale, surveillance TA et FC

Petits groupes avec programme individualisé, adapté et progressif
Tests d'évaluation et exercices ciblés - Exercices corrigés et reproductibles à domicile

A'MANILIA : pratique de l'Activité Physique Adaptée (APA)

	COMPOSANTE MUSCULAIRE RENFORCEMENT MUSCULAIRE
OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Renforcer les capacités résiduelles ➤ Travailler les « manques » ➤ Prévenir / éviter / réduire: atrophie musculaire, ostéopénie, douleurs musculo-squelettiques, raideur articulaire, neuropathies périphériques ➤ Stimuler la concentration, la mémoire et coordination ➤ Tester et travailler équilibre, sens, réflexes
METHODES ET MATERIEL	<p>SOUPLESSE</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Ciblée sur une articulation à la fois ➤ Travail de la mobilité et des amplitudes ➤ Ouverture des possibilités ➤ Bouger en douceur contre la douleur
	<p>FORCE ET RÉSISTANCE À L'EFFORT</p> <p>Renforcement muscle ou groupe musculaire</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Avec ou sans charge ➤ Coordination respiration / effort ➤ Bonnes postures sécurisées et corrigées
	<p>EQUILIBRE, COORDINATION</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercices d'équilibre ➤ Tâches complexes, stimulation sensorielle

Petits groupes avec séance individualisée, adaptée et progressive
Tests d'évaluation et exercices ciblés - Exercices corrigés et reproductibles à domicile

A'MANILIA : pratique de l'Activité Physique Adaptée (APA)

	COMPOSANTE PSYCHO RÉCUPÉRATION / RELAXATION
OBJECTIFS	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Récupérer en fin de séance ➤ Se préparer à la séance suivante ➤ Faciliter la décontraction musculaire ➤ Faciliter le sommeil réparateur ➤ Apprendre à se reposer rapidement ➤ Maîtriser son souffle ➤ Diminuer le niveau de stress et aider à y faire face
METHODES ET MATERIEL	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Exercices de respiration ➤ Postures antalgiques et relaxantes ➤ Etirements et relâchement musculaire ➤ Auto-massages

Petits groupes avec séance individualisée, adaptée et progressive
Tests d'évaluation et exercices ciblés - Exercices corrigés et reproductibles à domicile

Type d'étude

Étude

- ✓ Interventionnelle
- ✓ Descriptive
- ✓ Monocentrique
- ✓ De phase I
- ✓ Non randomisée

Les investigateurs et le Comité de surveillance

DIRECTION SCIENTIFIQUE

Pr. Jacques BALOSSO (*Investigateur Principal Colon*)

Dr. Maryvonne BAUDO (*Investigateur Principal Sein*)

DIRECTION DE PROJET

Mme Corinne TERRASSE (*Direction de Projet*)

COORDINATIONS

Dr. Jan BEHRENDT (*Coordination Médicale*)

Dr. Marc COLONNA (*Coordination Méthodologie*)

Dr. Malika JALBERT (*Coordination Santé et Travail*)

COMITE DE SURVEILLANCE

Comité scientifique ARCAD (*Contrôle des publications*)

Pr. Jacques BONNETERRE (*Expertise scientifique - Sein*)

Pr. Denis CASTAING (*Expertise scientifique - Côlon*)

Pr. Franck CHAUVIN (*Expertise Santé Publique et méthodologie*)

Dr. Nicole PELICIER (*Expertise Psycho oncologie*)

But de l'Étude

La finalité de cette étude est de mettre en évidence :

l'intérêt

d'une **réadaptation volontaire** en activité physique adaptée, hygiène de vie, et accompagnement psychologique, en structure pluridisciplinaire post-institutionnelle, sur la **qualité de vie** et d'en mesurer l'**impact**

Le bénéfice

de l'implication et de l'**engagement personnel du patient** dans sa reprise d'une vie « la plus normale possible », et dans son processus de « sortir de la maladie »

Objectif principal de l'Etude

Objectif principal

Améliorer des indicateurs de bonne santé, facteurs de reprise d'une vie autonome

Critère conjugué de jugement principal

- Capacité d'effort : Puissance, Durée
- FC repos / FC effort / FC récupération + TA
- Douleur perçue
- IMC, PA, LDL/HDL

Objectifs secondaires de l'Etude

Objectif secondaire 1

Permettre un retour au travail plus facile et plus fiable

Critère conjugué de jugement secondaire

- C 1 : Nombre de personnes incluses ayant repris une activité professionnelle
- C 2 : Durée de la période sans activité professionnelle à partir de la fin des traitements
- C 3 : Nombre de jours d'arrêt de travail après la reprise

Objectifs secondaires de l'Etude

Objectif secondaire 2

Diminuer les coûts de santé

Critère conjugué de jugement secondaire

- C 4 : Nombre moyen de jours / Coût moyen d'hospitalisation
- C 5 : Nombre moyen de jours / Coût moyen en ALD
- C 6 : Nombre moyen de jours / Coût moyen en Invalidité
- C 7 : Coût moyen / personne en soins médicaux
- C 8 : Coût moyen / personne en soins paramédicaux
- C 9 : Coût moyen / personne en pharmacie

Bénéfices Attendus / Risques encourus

Résultats et Bénéfices attendus

- Meilleure qualité de vie des patients
- Amélioration des indices de performance physique
- Augmentation des occupations de la vie courante et sociales
- Reprise effective et durable d'une activité de type professionnel
- Réduction des coûts de prise en charge maladie pour la société

Risques encourus

- Pas d'effets secondaires néfastes connus ou prévisibles d'une réadaptation à l'effort pour le public ciblé
- Les critères d'inclusion et de non inclusion ont été choisis de manière à exclure tout risque supérieur au bénéfice acquis

Méthodologie : Processus d'inclusion

CANCER du COLON -CANCER du SEIN

READAPTATION POST-CHIMIOThERAPIE - RETOUR à UNE VIE PROFESSIONNELLE



Méthodologie : Processus d'inclusion

Critères principaux d'inclusion

- CI 1 : A été diagnostiqué avec un cancer du colon ou du sein
- CI 2 : Doit recevoir ou a reçu une chimiothérapie cytotoxique
- CI 3 : Karnofsky (réel ou probable) $IK \geq 60$
- CI 4 : La dernière chimiothérapie date de moins de 2 ou 3 ans
- CI 5 : Son état de santé est compatible avec le protocole de READ
- CI 6 : A été actif professionnellement dans les 12 mois avant le diagnostic
- CI 8 : Est encore en âge d'avoir une activité prof. à la fin de son traitement
- CI 9 : Habite ou travaille dans l'agglomération grenobloise
- CI10 : Est volontaire pour s'engager dans le programme
- CI11 : Est motivé pour participer à cette étude
- CI12 : A les moyens de financer son programme

Méthodologie : Processus d'inclusion

Critères de non d'inclusion

CNI 1 : A un autre cancer concomitant

CNI 2 : A abandonné ses traitements contre avis médical

CNI 3 : N'est pas en mesure de fournir un certificat médical autorisant la pratique de l'APA

CNI 4 : Sera à la retraite avant la fin de ses traitements

CNI 5 : Ne peut pas assurer ses trajets jusqu'au Centre de READ

CNI 6 : A été déclaré inapte au travail (sans réversibilité) pour une autre maladie

CNI 7 : Etait en rupture professionnelle depuis plus de 1 an avant diagnostic cancer

CNI 8 : Ne présente pas une réelle motivation

Méthodologie : Inclusion

Nombre total de sujets :	60
Durée du protocole :	3 ans
Durée du suivi :	2 ans
Durée de totale de l'étude :	6 ans
Durée de l'étude par sujet :	5 ans

Méthodologie : Processus d'inclusion

Modalités de recrutement des sujets

	ACTIONS	ACTEURS
Détection Repérage Prescription	<ul style="list-style-type: none"> - Plaquette - Lettre d'information - Site Internet ELAN-REV - Courrier personnalisé - Annonce publique (médias locaux) 	<ul style="list-style-type: none"> - Médecin généraliste - Médecin spécialiste (Gynécologue / Gastroentérologue) - Oncologue ou Radiothérapeute - Chirurgien ou Radiologue - Médecin Travail - Médecins coordinateurs
Information du Patient	<ul style="list-style-type: none"> - Consultation de pré inclusion (fiche inclusion) - Formulaire de consentement - Certificat médical - Préparation dossier EI pour validation 	<ul style="list-style-type: none"> - IDE, AS, ou autres professionnels santé - READ phase II - Associations de malades - Entreprise (DRH, DG, collègue...)
Coordination de l'Inclusion	<ul style="list-style-type: none"> - Visite d'inclusion (fiche d'inclusion) - Formulaire de consentement - Certificat médical - Préparation dossier EI pour validation 	<ul style="list-style-type: none"> - Médecins coordinateurs (MG / MT) - Médecin traitant - Médecin oncologue ou spécialiste - Médecin du travail
Inclusion Validation	<ul style="list-style-type: none"> - Staff : fiche d'inclusion + formulaire de consentement + certificat médical 	<ul style="list-style-type: none"> - Investigateurs principaux
Inclusion Démarrage PEC	<ul style="list-style-type: none"> - EI PEC - Validation du programme 	<ul style="list-style-type: none"> - A'MANILIA - Médecin coordinateur

Méthodologie : Prise en Charge

Les activités et les moyens

Activité Physique Adaptée

- Réentraînement à l'effort cardiorespiratoire (sécurisé)
- Renforcement musculaire
- Relaxation
- Travail de l'équilibre

Hygiène de vie

- Equilibre alimentaire,
- Comportements à risque (voire de type addictifs) (tabac, alcool, médicaments...)

Méthodologie : Prise en Charge

Les activités et les moyens

Accompagnement psychologique

- Ecoute post-maladie
- Évaluation du processus de réadaptation à l'effort
- Préparation du projet professionnel
- Accompagnement au retour à la vie quotidienne

Coordination avec l'équipe référente dans le milieu professionnel

- Evaluation des difficultés pour le maintien ou retour à une activité professionnelle
- Evaluation des possibilités de projet professionnel
- Mise en place des moyens nécessaires pour assurer un retour sur la durée + coordination des acteurs aidant au retour au travail

Méthodologie : Prise en Charge

INCLUSIONS

EVALUATIONS INITIALES

PEC : READAPTATION

EVALUATIONS ET SUIVI

MED
ONCOLOGUE

APA

Endurance
Capacité cardio-respiratoire
Souplesse/ Force
Equilibre et coordination

ACTIVITE PHYSIQUE ADAPTEE (APA)

REENTRAINEMENT CARDIO-RESPIRATOIRE

Endurance, Résistance, Puissance

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

Force / Endurance, Coordination / Réflexes, Equilibre, Maintien / Postures / Prévention

RELAXATION RECUPERATION

Souplesse, Etirements, Respiration

SUIVI CONTINU

APA Fiches de suivi

DIET Fiches de sui

PSY Fiches de suivi

PROF Fiches de suivi

MED
SPECIALISTE

MED
GENERALE

DIET

Relevé alimentaire
Comportement alimentaire

HYGIENE DE VIE / EQUILIB. ALIMENTAIRE

ATELIERS

QdV et état général, Impact sur la réussite des traitements, Prévention Secondaire, Recommandations

SUIVI INDIVIDUEL

Troubles nutritionnels, Troubles digestifs, Surveillance du poids

BILANS PERIODIQUES

APA Contrôles + Evaluation

DIET PA / Plis cutanés

PSY Consultations

PROF Entretiens Individuels

MED
TRAVAIL

DIRECTION
SCIENTIFIQUE

PSY

Motivation / Objectifs
Difficultés / Demande

ACCOMPAGNEMENT PSYCHOLOGIQUE

Suivi psychologique

Suivi autre

**AUTO
QUESTIONNAIRES**

APA Douleur/ fatigue

DIET Relevés alimentaires

PSY Echelles dépression

PROF Echelles QdV

COORDINATION
MEDICALE

PROFESSIONNEL

Envie / Projections
Difficultés / Capacités

REINSERTION PROFESSIONNELLE

MEDECINE du TRAVAIL

Coordination médicale / MED GENERALE, Préparation / adaptation retour

ENTREPRISE

Environnement favorable, Soutien équipe / management

CDME

Démarche reconnaissance RQTH, Adaptation postes de travail

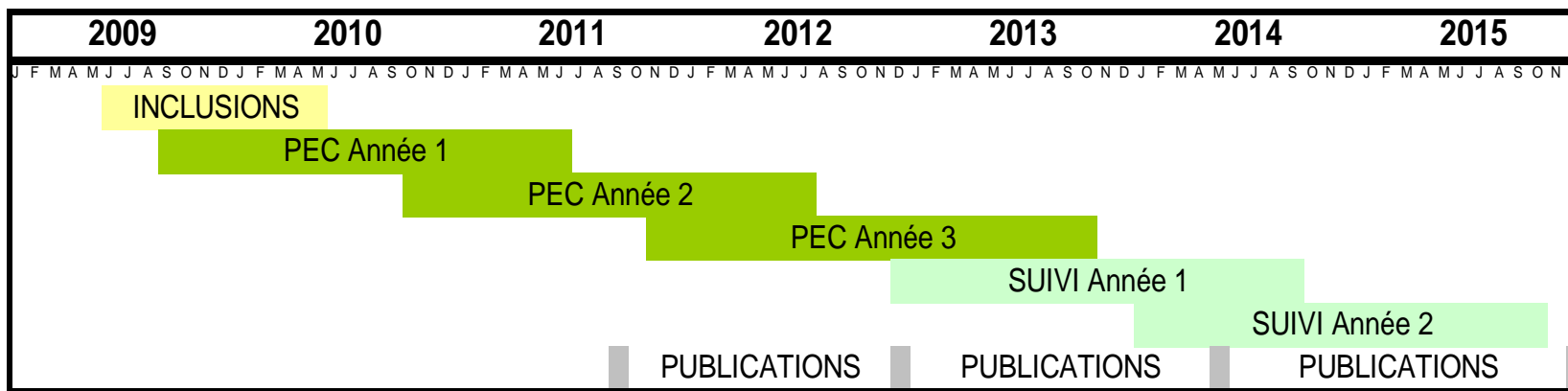
COORDINATION
ACTIVITE PROF

Méthodologie : Prise en Charge

Le calendrier prévisionnel

Début : 1^{er} juin 2009

Fin : 31 mars 2016



Ce que l'on attend...

- 1 - Détecter, repérer
- 2 - Pré informer
- 3 - Pré inclure

- **Participer** au développement d'un projet porté par une équipe pluridisciplinaire
- **Accompagner** le retour à l'emploi, un reclassement, un projet...
- **Transmettre** une retour d'expérience : FORUM, réunions de concertations, réunions de préparation de la publication...

Nous contacter...

ELAN-REV

5 rue Félix Poulat
38000 GRENOBLE

Tél. : 04 38 02 28 47

Mail : contact@elan-rev.com

Site : www.elan-rev.com

Malika_JALBERT@europe.bd.com

corinne@manilia.fr

marie@manilia.fr