

RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES

POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ PRENANT EN CHARGE DES PATIENTS ATTEINTS DE CANCER PENDANT ET APRÈS LA MALADIE

Évaluer l'état nutritionnel du patient tout au long du parcours de soins est essentiel afin de repérer les situations nutritionnelles à risque. **Cela constitue un enjeu pour permettre la réussite des traitements, mais également pour améliorer la qualité de vie et réduire les risques de rechute et de mortalité.**

Cette évaluation concerne :

- le **contrôle** du poids,
- le **suivi** diététique,
- la **diminution**, voire l'**arrêt**, de la consommation d'alcool,
- la **pratique** d'une activité physique et la **prévention** de la sédentarité.

La prise en charge nutritionnelle lorsqu'elle est nécessaire sera adaptée à la situation clinique du patient.

Pour l'ensemble des patients, pendant et après un cancer, lorsque cela est adapté, **il est conseillé de suivre les recommandations nutritionnelles en vigueur pour la population générale.**

Les **recommandations nutritionnelles** publiées par l'Institut national du cancer sont issues d'un travail d'expertise collective.

Le rapport complet
et sa synthèse
sont consultables
et téléchargeables
sur e-cancer.fr



RECOMMANDATIONS NUTRITIONNELLES POUR LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ PRENANT EN CHARGE DES PATIENTS ATTEINTS DE CANCER PENDANT ET APRÈS LA MALADIE (SYNTHÈSE)

**ÉVALUER L'ÉTAT NUTRITIONNEL DES PATIENTS TOUT AU LONG
DU PARCOURS ET DÉCLENCHER LA MISE EN PLACE
D'UN ACCOMPAGNEMENT NUTRITIONNEL SI NÉCESSAIRE**

SUIVRE ET CONTRÔLER LE POIDS

CANCERS DU CÔLON-RECTUM, DU SEIN ET DU REIN

- Pendant les traitements, il est recommandé d'éviter la prise de poids pour les patients de poids normal ou en excès de poids. Il est cependant inapproprié de faire perdre du poids aux patients présentant une surcharge pondérale pendant cette période.
- Après les traitements, il apparaît bénéfique d'atteindre et de maintenir un poids normal. Mais attention, pour les personnes présentant une obésité, l'atteinte d'un IMC entre 25 et 30 kg/m² est un objectif plus réaliste; et pour les patients de plus de 70 ans, la perte de poids n'est pas appropriée.

CANCERS DU POUMON ET DE L'ŒSOPHAGE

- Il est recommandé d'éviter toute perte de poids.

CANCERS DU POUMON, DE L'ŒSOPHAGE, DU CÔLON-RECTUM, DU PANCRÉAS, DE L'ESTOMAC ET DU FOIE

- Tout au long du parcours, une vigilance particulière est recommandée pour la prévention et le repérage de la dénutrition.

CONSEILLER D'ADAPTER L'ALIMENTATION

CANCER DU SEIN

- Limiter les aliments riches en matières grasses.
- Privilégier les aliments riches en fibres tels que les céréales complètes, légumes secs et fruits et légumes.

**CONSEILLER DE CONTRÔLER LA CONSOMMATION
DE BOISSONS ALCOOLISÉES**

CANCER DES VADS

- Il est recommandé d'éviter toute consommation d'alcool.

**PROMOUVOIR ET PRESCRIRE LA PRATIQUE D'UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE
RÉGULIÈRE, SI BESOIN ADAPTÉE, ET PRÉVENIR LA SÉDENTARITÉ**

**CONSEILLER DE NE PAS RECOURIR AUX COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES
SAUF INDICATION MÉDICALE**

**CONSEILLER DE NE PAS RECOURIR AUX EXTRAITS ET DÉCOCTIONS
DE CHAMPIGNONS ET PLANTES MÉDICINAUX CHINOIS**

**CONSEILLER DE NE PAS RECOURIR À DES RÉGIMES RESTRICTIFS
(HORS INDICATION MÉDICALE) NI AU JEÛNE THÉRAPEUTIQUE**