

Femmes et cancer : De nouveaux engagements du laboratoire La Roche-Posay au service de la féminité



En 2013, La Roche-Posay, laboratoire dermatologique, s'engageait aux côtés de dermatologues et d'oncologues dans la prise en charge des effets cutanés des traitements anti-cancéreux. **Objectif : offrir des solutions dermo-cosmétiques adaptées à fragilité de la peau pendant les traitements.** Depuis, de nouvelles initiatives ont vu le jour pour accompagner les femmes : ateliers de maquillage correcteur, sites d'information sur la peau pendant un cancer, jusqu'à la mise en ligne de séances de soins de support — comme des séances de sophrologie, accessibles gratuitement — pour prendre soin de soi pendant et après les traitements.

NOUVEAUTÉ 2018

Des vidéos de Pilates adapté pour être mieux dans son corps, disponibles en ligne, gratuitement.

Créatrice du Rose Pilates, une forme de Pilates adapté aux femmes opérées d'un cancer du sein, la kinésithérapeute Jocelyne Rolland* a rassemblé, à la demande de La Roche-Posay, une série d'exercices de Pilates dans deux vidéos mises à disposition des femmes en cours de traitement contre un cancer.



Mobiliser ses bras, ses jambes, son ventre... Mais en respirant de façon consciente et pas n'importe comment : il ne s'agit pas d'une simple gym douce, mais bien d'exercices de Pilates. « Grâce à une activité physique adaptée, on devient actrice de son traitement, commente la professionnelle. **On garde la main, on reprend possession de son corps si malmené** ». C'est important pour le moral mais aussi **pour contrer la fonte musculaire, fréquente sous chimiothérapie**. Et rester active permet également de diminuer la fatigue générée par les médicaments.

Les deux séances vidéos qui durent chacune un peu plus de 5 minutes, ont été pensées pour se dérouler en salle d'attente ou lors de séances de chimiothérapie (au fauteuil ou sur un lit). Mais « ce sont des exercices qui peuvent se faire à tout moment du quotidien, afin de lutter contre la sédentarité ».

Ces séances d'initiation au Pilates seront disponibles en juillet sur le site laroche-posay.fr, dans l'espace « Ma peau pendant un cancer » où sont également disponibles les séances audio de sophrologie, lancées en 2017, à écouter avant, pendant et après les séances à l'hôpital (chimio et/ou radiothérapie).

Sport et cancer, Le match gagnant

Bouger après un cancer pour se remettre d'aplomb, d'accord. Mais pendant la durée des traitements ?

Les experts recommandent de rester actif même durant cette phase : l'activité physique, adaptée à son état, permet de réduire certains symptômes de la maladie ou des traitements, comme la fatigue, la douleur,

les nausées ou encore les troubles du sommeil.

Rester actif permet aussi de prévenir un phénomène courant connu sous le nom de « déconditionnement physique ». Une spirale qui entraîne vers la sédentarité associée, elle, à la fonte musculaire mais aussi à une moindre efficacité des traitements. Il est recommandé de pratiquer une activité physique régulière, d'intensité modérée, à définir avec un professionnel spécifiquement formé APA (Activité Physique Adaptée)-Santé.

* Source : AFSOS (Association Francophone des Soins Oncologiques de Support).



80 Ateliers Maquillage Correcteur dans toute la France et des tutoriels vidéos : une touche de « glam » pour booster le moral.

Redessiner un sourcil, lui donner un aspect naturel, ajouter du rose sur ses joues, des couleurs sur ses lèvres... Il ne s'agit pas de masquer la maladie mais bien de préserver l'apparence que l'on désire, de se réconcilier avec son visage et son corps altéré.

Lors des ateliers, les femmes apprennent l'auto-maquillage avec des socio-esthéticiennes pour reproduire les techniques (simples, rapides et efficaces) chez soi, au quotidien. Cette initiative pionnière, est née au centre thermal de La Roche-Posay en 1994, avec les produits dermo-cosmétiques La Roche-Posay, parfaitement adaptés aux peaux lésées.

Depuis, 80 ateliers de maquillage correcteur La Roche-Posay ont vu le jour en France, en milieu hospitalier.

Des tutoriels vidéos seront disponibles en octobre sur laroche-posay.fr. Les patientes y découvriront les bons gestes de maquillage pour les ongles, le teint et les yeux, pendant les traitements.



MÉMO

Les 4 cancers les plus fréquents chez les femmes :

1. 58 968 nouveaux cas de cancer du sein.
2. 20 837 nouveaux cas de cancer colorectal
3. 16 849 nouveaux cas de cancer du poumon
4. 7 275 nouveaux cas de cancer de l'endomètre (muqueuse de l'utérus)

Au total, ce sont 174 000 femmes qui sont touchées par un cancer chaque année, en France.

Scs : institut national du cancer (INCA)

2 Journées grand public gratuites pour prendre soin de soi

Paris - Bordeaux

2 journées d'ateliers sont organisées à destination des patients (hommes et femmes).

Au programme, de 9h30 à 17h : séances de maquillage avec des socio-esthéticiennes, Rose Pilates, ateliers cuisine, mode... (maillots de bain Garance, par exemple).

Où ?

PARIS

le 20 septembre 2018, Whom, 19 rue Vicq d'Azir, 10^e arrd

BORDEAUX

le 4 octobre, à la maison Rose, 9 rue Condé.

Comment ?

Sur inscription : www.laroche-posay.fr/mapeaupendantuncancer

Des engagements auprès des professionnels de santé

La Roche-Posay a également réuni un groupe de dermatologues et de cancérologues, le groupe FRESKIMO. Ce groupe d'experts est à l'origine de recommandations pratiques sur la prise en charge des effets secondaires cutanés liés aux thérapies anticancéreuses à l'attention des professionnels de santé et des patients.

A l'origine : une eau thermale

A La Roche-Posay, l'eau est précieuse. Ses minéraux et oligo-éléments (en particulier le sélénium) la rendent apaisante et douce pour les peaux sensibles ou fragilisées par des traitements. **C'est d'ailleurs au sein de cette station thermale reconnue d'utilité publique en 1869, exclusivement dédiée aux affections de la peau, qu'a été conçue la toute première cure post-cancer.**

CONTACTS PRESSE

Agence Matahari

(mission ponctuelle oncologie)

Alice Gribauval :

01 42 65 06 53 ou 07 61 01 83 50

a.gribauval@rpmatahari.com

Laboratoire La Roche-Posay

Olivia Couturier :

01 57 77 08 54 ou 06 14 33 50 56

olivia.couturier@loreal.com