

# Résultats d'étude

On sait bien que les traitements contre un cancer du sein peuvent générer beaucoup de fatigue, mais ce que cette étude a montré c'est que la fatigue peut perdurer au delà de la période des traitements.

Vous avez été **plus de 6000 femmes à participer après votre diagnostic de cancer du sein à cette étude**, menée dans le cadre de l'étude Canto. Pour évaluer l'évolution de votre fatigue dans le temps, les chercheurs ont utilisé vos réponses aux questionnaires à 1 an, 2 ans et 4 ans après le diagnostic. Cela leur a permis de développer un modèle prédictif, soit une liste de critères permettant d'identifier les femmes les plus à risques de souffrir de fatigue persistante.

Cette étude montre par exemple qu'**un tiers des femmes interrogées présentent une fatigue sévère après les traitements**. Elle a aussi permis de développer un modèle prédictif, soit une liste de critères permettant d'identifier les femmes les plus à risques de souffrir de fatigue persistante. Ce type de modèle a pour objectif de détecter plus vite et de mieux accompagner ces femmes.

**Merci !** Grâce à vous de nouvelles connaissances scientifiques ont été produites, qui vont contribuer à faire évoluer les pratiques.

- [Ce que l'on a appris](#)
- [Vidéo explicative des résultats](#)
- [Article scientifique publié.](#)

# Ce que l'on a appris

1 mn de lecture pour parcourir ce que cette étude a permis de mieux comprendre.

## Un chiffre clé

34%

des patientes interrogées  
présentent une fatigue sévère  
2 ans après le diagnostic.

## 5 enseignements majeurs

1. **La fatigue est fréquente et durable** : environ 1 femme sur 3 reste concernée plusieurs années après le diagnostic.
2. **La fatigue avant traitement est le signal d'alerte principal** : elle triple le risque de fatigue sévère à distance.
3. Certains facteurs sont modifiables : surpoids et tabagisme augmentent le risque.
4. Les symptômes associés comptent : **anxiété, insomnie et douleurs augmentent le risque futur.**
5. **L'hormonothérapie peut prolonger la fatigue**, en particulier après plusieurs années de traitement.

## En conclusion

L'étude met en lumière que la fatigue sévère après un cancer du sein est fréquente et peut durer plusieurs années (au delà des traitements). Un repérage précoce permettrait une meilleure prise en charge.

## Vous vous sentez concernée ?

- **Votre fatigue est réelle et légitime.** Si vous vous sentez épuisée, même longtemps après les traitements, vous n'êtes pas seule. Environ 1 femme sur 3 vit cela.
- **Parlez-en sans attendre.** La fatigue n'est pas "normale" au point de devoir la supporter en silence. Votre équipe soignante peut vous aider.
- **Prenez soin de votre sommeil et de votre santé émotionnelle.** L'anxiété, les douleurs ou les nuits difficiles peuvent aggraver la fatigue. En parler est une première étape importante.
- **Avancez à votre rythme.** Reprendre une activité physique douce et adaptée peut aider, mais sans pression ni culpabilité. Si vous fumez ou si votre poids vous préoccupe, sachez que de l'aide existe. Chaque petit pas compte.
- **Sous hormonothérapie,** si la fatigue persiste ou s'aggrave, n'hésitez pas à en discuter. Des solutions peuvent être envisagées.

# Vidéo explicative des résultats

5 mn pour approfondir les résultats de l'étude

<https://www.youtube.com/embed/NdI206m2U64>

# Article scientifique publié.

20 mn pour lire l'article écrit par les chercheurs et publié dans une revue scientifique.

En version originale (en anglais)

[Di Meglio JCO 2022 Fatigue en anglais.pdf](#)