

Compte-rendu

Activité physique après un cancer colorectal, un CHALLENGE à relever

Mots-clés

activité physique; cancer colorectal; CHALLENGE
Structured Exercise after Adjuvant Chemotherapy for Colon Cancer

Courneya KS et al, NEJM, juin 2025

DOI: [10.1056/NEJMoa2502760](https://doi.org/10.1056/NEJMoa2502760)

Introduction

L'activité physique (AP) diminue le risque de survenue de cancer, mais son effet sur le risque de récurrence n'avait jamais été démontré dans une étude randomisée contrôlée. L'étude CHALLENGE vise à tester l'effet d'un programme d'AP structuré chez les personnes traitées pour un cancer colorectal (CCR).

Méthode

Étude randomisée contrôlée multicentrique (55 hôpitaux localisés pour la plupart en Australie et au Canada) incluant des patient·es opéré·es d'un CCR de stade III ou II de haut risque et ayant eu une chimiothérapie adjuvante complète dans les 6 derniers mois. **Exclusion** : patient·es avec score de performance ECOG supérieur à 1, avec AP modérée et intense à l'inclusion supérieure à 150 minutes par semaine ou avec incapacité à effectuer un test de marche de six minutes. **Intervention** : programme d'AP structuré en plusieurs phases ayant pour but d'augmenter cette dernière de 10 équivalents métaboliques (MET)-heures par semaine (e.g., correspondant à 2,5h de marche rapide/sem. ou 2h de vélo/sem.). **Contrôle** : matériel d'éducation avec promotion de l'activité physique. **Issue primaire** : survie sans récurrence.

Résultats

L'étude a inclus un total de 889 patients entre 2009 et 2024 (âge médian de 61 ans, 51% des femmes et 90% avec un CCR de stade III). Activité physique au début de l'étude de 11.5 MET-heures/semaine. Différence d'activité physique à 3 ans entre les deux groupes de 5.2 à 7.4 MET-heures par semaine. Après un suivi médian de 7.9 années, différence significative de survie sans cancer en faveur du groupe intervention (80.3% contre 73.9%, hazard ratio à 0.72). Survie globale également significativement plus élevée dans le groupe intervention (90.3% contre 83.2%).

Discussion

Même si cette étude ne porte que sur les patients atteints de CCR avec une bonne capacité physique de base et que l'intensité du programme limite sa reproductibilité à grande échelle, ses résultats montrent que l'AP a une efficacité similaire à certains traitements pharmacologiques dans la prévention des récurrences. Compte tenu de son faible risque et de ses bénéfices potentiels, l'AP devrait être considérée comme un complément essentiel aux prises en charges oncologiques.

Conclusion

Cette étude met en évidence un effet bénéfique de l'activité physique dans la prévention de la récurrence du cancer colorectal.

Date de publication	Auteurs
26.08.2025	