



Sous embargo strict jusqu'au vendredi 14 novembre 2012 à 00:01 BST

Ce bulletin signale quelques-unes des principales conclusions médicales, et leurs implications pour la pratique de soins, qui seront publiées la semaine prochaine dans [la Cochrane Library](#), 2012, numéro 11.

Pour recevoir une copie complète des revues mentionnées dans ce bulletin, ou pour organiser un entretien avec un auteur, veuillez contacter Jennifer Beal au +44 (0) 1243 770633 / +44 (0) 7802 468863 ou par courriel à healthnews@wiley.com.

Les personnes travaillant pour les médias peuvent obtenir un accès gratuit à la Cochrane Library en s'adressant par courriel à healthnews@wiley.com.

Contact presse du Centre Cochrane français : Elise Diard – communication@cochrane.fr

Revue mentionnées dans ce bulletin :

- [Cancer : Les exercices physiques réduisent la fatigue](#)
- [Les services par téléphone portable aident les fumeurs à se sevrer](#)

Cancer : Les exercices physiques réduisent la fatigue

Selon des chercheurs Cochrane, les exercices aérobiques peuvent aider à soulager la fatigue souvent associée au cancer et au traitement du cancer. Leur revue systématique mise à jour renforce les conclusions d'une version antérieure sur la fatigue due au cancer publiée dans *The Cochrane Library*.

La fatigue est un effet secondaire courant et potentiellement durable du cancer et du traitement du cancer. Elle peut durer plusieurs mois ou années. Il est crucial d'aborder la fatigue due au cancer parce que les malades qui souffrent de ses effets risquent d'être moins disposés à continuer le traitement. Bien que dans le passé, on conseillait aux personnes souffrant de fatigue due au cancer de se reposer, il s'avère que de longues périodes d'inactivité risquent d'entraîner une émaciation des muscles et une fatigue accrue, tandis qu'un juste équilibre entre le repos et l'activité physique peut aider à réduire la fatigue. Une revue systématique Cochrane de 2008 sur les effets bénéfiques de l'exercice physique a trouvé certains effets bénéfiques de l'activité physique pour la fatigue dans le cancer en se fondant sur des études limitées.

La nouvelle revue ajoute 28 études supplémentaires à celles incluses dans la revue de 2008. Au total, 56 études impliquant un effectif de 4 068 participants atteints de cancer ont été incluses. La moitié des études ont été menées auprès de personnes atteintes du cancer du sein. Celles présentant des tumeurs solides ont bénéficié d'exercices aérobiques, tels que la marche ou le

cyclisme, pendant comme après le traitement du cancer. D'autres formes d'exercices, notamment des exercices de résistance, n'ont pas permis de réduire significativement la fatigue.

« Les preuves suggèrent que les exercices peuvent aider à réduire la fatigue due au cancer et devraient par conséquent être considérés comme l'une des composantes d'une stratégie de prise en charge de la fatigue qui peut comprendre un éventail d'autres interventions et l'éducation, » a expliqué Fiona Cramp, directrice de recherche à la Faculty of Health & Life Sciences de la University of the West of England, à Bristol, au Royaume-Uni. « Cette revue mise à jour apporte une conclusion plus précise, démontrant spécifiquement que les exercices aérobiques, pendant comme après le traitement du cancer, peuvent être bénéfiques. »

Il reste à déterminer comment le traitement du cancer altère les effets bénéfiques des exercices physiques sur la fatigue due au cancer. D'autres recherches sont également nécessaires pour comprendre comment la fréquence et la durée des exercices physiques, et le type de cancer, affectent les résultats. « Vingt-huit études parmi celles que nous avons incluses ont été menées auprès de patientes atteintes du cancer du sein, nous avons donc besoin d'en savoir davantage sur la manière dont les exercices physiques peuvent aider des personnes présentant des diagnostics très variés, y compris des patients atteints d'une maladie avancée, » a expliqué Fiona Cramp.

Le financement de la recherche a été assuré par le programme Health Technology Assessment (Évaluation des technologies de la santé) du National Institute for Health Research (NIHR) du Royaume-Uni.

Référence complète : Cramp F, Byron-Daniel J. Exercise for the management of cancer-related fatigue in adults. Cochrane Database of Systematic Reviews 2012, Issue 11. Art. No.: CD006145. DOI: 10.1002/14651858.CD006145.pub3
URL Upon publication: <http://doi.wiley.com/10.1002/14651858.CD006145.pub3>

Entretiens :

Pour organiser un entretien avec Fiona Cramp, veuillez contacter :

Dr. Fiona Cramp
Faculty of Health & Life Sciences,
University of the West of England,
Tel. 0117 3288501
Email: Fiona.Cramp@uwe.ac.uk

Mary Price
UWE Media Relations Office
University of the West of England
Tel: +44 (0) 117 32 82208
E-mail: pressoffice@uwe.ac.uk

Les services par téléphone portable aident les fumeurs à se sevrer

Selon une nouvelle revue systématique Cochrane, le soutien dans le sevrage tabagique par le biais de SMS et de messages vidéo peut aider les fumeurs à perdre l'habitude de fumer. Les auteurs de la revue ont trouvé que les personnes étaient plus susceptibles de rester éloignées des cigarettes sur une période de six mois si elles avaient reçu des messages de motivation et des conseils sur leur téléphone portable.

Les SMS sont déjà utilisés par les services de santé pour envoyer des rappels de rendez-vous de consultation et pour encourager les personnes à respecter les programmes de traitement. Les téléphones portables peuvent offrir une solution à un coût abordable pour la prestation de services de sevrage tabagique. Toutefois, une précédente revue systématique réalisée par des chercheurs Cochrane et publiée en 2009 n'a identifié que deux essais portant sur des programmes basés sur la téléphonie mobile et n'a pas permis d'établir une amélioration à long terme des taux de sevrage.

La nouvelle revue incorpore des données issues de trois études supplémentaires et aboutit à une conclusion différente. Au total, les chercheurs ont analysé les résultats de cinq études au cours desquelles plus de 9 000 personnes qui tentent d'arrêter de fumer ont reçu soit des messages de motivation et des conseils de sevrage tabagique plusieurs fois par jour soit un témoin. Certaines études ont incorporé des éléments interactifs, tels que les sondages téléphoniques, et ont transmis des messages supplémentaires sur demande pour aider à surmonter les envies impérieuses. Dans une étude, les participants ont reçu des liens vers de courts vidéoclips de blogues intimes suite aux tentatives de sevrage d'un modèle de rôle, dans l'optique de promouvoir certaines de leurs stratégies. Ceux inclus dans les groupes témoins ont reçu des SMS moins fréquemment, ou ont reçu des informations en ligne ou un soutien par téléphone.

Il existait une certaine variation entre les résultats des études mais les études plus récentes de plus grande taille ont mis en évidence des améliorations plus importantes concernant les taux de sevrage après six mois. Globalement, les chercheurs ont estimé que les programmes basés sur la téléphonie mobile pouvaient presque doubler les chances d'arrêter de fumer pendant au moins six mois de 4 à 5 % dans les groupes témoins jusqu'à 6 à 10 % dans les groupes avec intervention.

« Les programmes basés sur la téléphonie mobile semblent être une option utile à proposer à ceux qui veulent arrêter de fumer, » a expliqué Robyn Whittaker, directeur de recherche du National Institute for Health Innovation à la University of Auckland, à Auckland, en Nouvelle-Zélande. « Le plus grand essai que nous avons inclus dans notre revue, ayant impliqué 5 800 personnes au Royaume-Uni, peut être considéré comme définitif. Au minimum, il montre l'efficacité d'une intervention par téléphone portable dans un pays développé ayant instauré une politique de lutte antitabac efficace. Toutefois, nous ne pouvons pas affirmer que toutes les interventions d'envoi de SMS seront efficaces dans tous les contextes. »

Actuellement, il n'existe aucune preuve publiée concernant le rapport coût-efficacité des services de sevrage tabagique dispensés par SMS. Pourtant, les auteurs suggèrent que des économies financières sont probables. « Si, comme cela ressort de notre revue, nous pouvons aider autant de personnes à arrêter de fumer à des coûts inférieurs à ceux de la mise en service de lignes d'assistance téléphonique, alors les services basés sur la téléphonie mobile doivent être rentables, » a expliqué Robyn Whittaker.

Les auteurs pensent que d'autres preuves seront apportées par les sept essais supplémentaires à long terme qui sont actuellement en cours. À ce stade, aucun de ces essais n'a pris en considération les téléphones intelligents (smartphones), mais les auteurs suggèrent que la recherche sur les effets bénéfiques potentiels des applications sur téléphone intelligent (applications smartphone) est justifiée aussi parce que les effets peuvent être très différents.

Référence complète : Whittaker R, McRobbie H, Bullen C, Borland R, Rodgers A, Gu, Y. Mobile phone-based interventions for smoking cessation. Cochrane Database of Systematic Reviews 2012, Issue 11. Art. No.: CD006611. DOI: 10.1002/14651858.CD006611.pub3
URL Upon publication: <http://doi.wiley.com/10.1002/14651858.CD006611.pub3>

Entretiens :

Pour organiser un entretien avec Robyn Whittaker, veuillez contacter :

Tim Greene

External Relations Manager

Notes pour les éditeurs

1. À propos de la *The Cochrane Library*

The Cochrane Library contient des informations médicales de grande qualité, y compris la base de données Cochrane de revues systématiques (*Cochrane Database of Systematic Reviews*), issue de la Cochrane Collaboration. Les revues systématiques Cochrane rassemblent les recherches sur les effets des soins de santé et sont reconnues comme étant la source d'information en médecine la plus fiable pour déterminer l'efficacité relative des différentes interventions. La Cochrane Collaboration (<http://www.cochrane.org>) est une organisation internationale à but non lucratif indépendante enregistrée au Royaume-Uni et le premier producteur mondial de revues systématiques. Il a été démontré que les revues systématiques Cochrane sont d'une qualité comparable ou meilleure et sont mises à jour plus souvent que les revues publiées dans les publications scientifiques (Wen J. et al., *The reporting quality of meta-analyses improves: a random sampling study*. *Journal of Clinical Epidemiology* 2008 ; 61 : 770-775).

En juin 2012, la base des revues systématiques *Cochrane Database of Systematic Reviews* a reçu un facteur d'impact de 6,186, de Thomson ISI, ce qui l'a hissée dans les dix premiers journaux de médecine générale et interne.

The Cochrane Library est publiée via l'éditeur Wiley au nom de la The Cochrane Collaboration.

Les Podcasts de la *The Cochrane Library* : une collection de podcasts sur une sélection de revues Cochrane par les auteurs de revues dans cette édition sera accessible à www.cochrane.org/podcasts.

2. Accès à la *The Cochrane Library*

The Cochrane Library est accessible à www.thecochranelibrary.com. Les utilisateurs invités peuvent accéder aux résumés et aux résumés en langage courant pour toutes les revues dans la base de données, et les membres des médias peuvent demander un accès illimité aux contenus de la Bibliothèque. Pour d'autres informations, voir les coordonnées des personnes à contacter ci-dessous. Un certain nombre de pays, y compris les pays dans la liste établie par la Banque Mondiale des économies à faible revenu et à revenu allant de faible à intermédiaire (à savoir les pays dont le produit intérieur brut (PIB) par habitant est de moins de \$ 4 700), ont mis en place des dispositions nationales permettant à certains de leurs résidents ou à tous d'accéder à la *The Cochrane Library* gratuitement. Pour obtenir des informations supplémentaires, consultez le site Internet www.thecochranelibrary.com/FreeAccess.

À propos de Wiley

Fondée en 1807, la société John Wiley & Sons, Inc. est une précieuse source d'information et de compréhension depuis plus de 200 ans, en aidant les personnes dans le monde entier à répondre à leurs besoins et à satisfaire leurs aspirations. Wiley et ses sociétés acquises ont publié les travaux de plus de 450 Prix Nobel dans toutes les disciplines : Littérature, Économie, Physiologie ou Médecine, Physique, Chimie et La Paix.

Wiley est un fournisseur mondial de solutions de diffusion de contenus et de gestion électronique de processus activée par le contenu dans les domaines de recherche scientifique, technique, médicale et universitaire ; le développement professionnel ; et l'éducation. Notre cœur de métier comprend la publication de revues scientifiques, techniques, médicales et universitaires, de travaux de référence, de livres, la prestation de services de bases de données, et la publicité ; les ouvrages professionnels, les ouvrages offerts en souscription, la certification et les services de formation et les applications en ligne ; les contenus d'éducation et les services proposant un enseignement intégré en ligne et des ressources d'apprentissage pour les étudiants de premier cycle et les étudiants diplômés ainsi que les apprenants en éducation permanente. Le siège social international de Wiley est installé à Hoboken, dans l'État du New Jersey, avec des implantations aux États-Unis, en Europe, en Asie, au Canada et en Australie. Le site Internet de la société peut être visité à l'adresse suivante : <http://www.wiley.com>. La société est enregistrée à la Bourse de New-York (New York Stock Exchange) sous les symboles JWa et JWb.

Si vous souhaitez obtenir la liste complète des revues publiées dans la nouvelle édition de la *The Cochrane Library*, ou si vous souhaitez demander un accès illimité aux contenus de la *The Cochrane Library*, consultez le site Internet sciencenewsroom@wiley.com

Se désabonner : Si vous préférez ne pas recevoir des communiqués de presse de la part de Wiley, consultez le site Internet sciencenewsroom@wiley.com.