

### Mais aussi...

- ❖ Pratiquer une activité physique régulière.

### Dans quel cadre pouvons-nous vous rencontrer ?

- ❖ Soit en hospitalisation.
- ❖ Soit au CRG en hospitalisation de jour.
- ❖ Soit en consultation individuelle.

### Comment nous contacter ?

Aurélia Massart  
Isabelle Thys

064/27.64.56.

**Centre Hospitalier Universitaire de Tivoli**  
Avenue Max Buset, 34  
7100 La Louvière  
Tél : 064/27.61.11 Fax : 064/27.66.99  
www.chu-tivoli.be

ULB

COMCDS008

**tivoli**<sup>CHU</sup>

Clinique  
du sein

# La diététicienne et la Clinique du sein

### Mais aussi...

- ❖ Pratiquer une activité physique régulière.

### Dans quel cadre pouvons-nous vous rencontrer ?

- ❖ Soit en hospitalisation
- ❖ Soit au CRG en hospitalisation de jour
- ❖ Soit en consultation individuelle

### Comment nous contacter ?

Aurélia Massart  
Isabelle Thys

064/27.64.56.

**Centre Hospitalier Universitaire de Tivoli**  
Avenue Max Buset, 34  
7100 La Louvière  
Tél : 064/27.61.11 Fax : 064/27.66.99  
www.chu-tivoli.be

ULB

COMCDS008

**tivoli**<sup>CHU</sup>

Clinique  
du sein

# La diététicienne et la Clinique du sein

Lors de votre prise en charge personnalisée dans le cadre de la Clinique du sein, il vous est possible de rencontrer une diététicienne.

### Pourquoi parler de l'alimentation ?

Manger est une nécessité. L'équilibre alimentaire joue un rôle déterminant sur notre santé. Malheureusement, la maladie peut perturber cet équilibre. En tant que professionnel de la santé, nous sommes là pour vous aider à acquérir les meilleures habitudes alimentaires au bénéfice de votre capital santé.

Le rôle de tout diététicien est de conseiller à chacun un équilibre compatible avec son parcours alimentaire, son mode de vie, sa maladie et ses traitements.

Manger de tout, manquer de rien!

La prévention primaire et secondaire du cancer du sein passe aussi par l'alimentation.

- ❖ L'alcool avec modération
- ❖ Le surpoids à éviter
- ❖ L'activité physique à privilégier
- ❖ Les carences à éviter (vitamine D, ...)

Lors de votre prise en charge personnalisée dans le cadre de la Clinique du sein, il vous est possible de rencontrer une diététicienne.

### Pourquoi parler de l'alimentation ?

Manger est une nécessité. L'équilibre alimentaire joue un rôle déterminant sur notre santé. Malheureusement, la maladie peut perturber cet équilibre. En tant que professionnel de la santé, nous sommes là pour vous aider à acquérir les meilleures habitudes alimentaires au bénéfice de votre capital santé.

Le rôle de tout diététicien est de conseiller à chacun un équilibre compatible avec son parcours alimentaire, son mode de vie, sa maladie et ses traitements.

Manger de tout, manquer de rien!

La prévention primaire et secondaire du cancer du sein passe aussi par l'alimentation.

- ❖ L'alcool avec modération
- ❖ Le surpoids à éviter
- ❖ L'activité physique à privilégier
- ❖ Les carences à éviter (vitamine D, ...)

### Pourquoi nous rencontrer ?

#### Pour diminuer le risque de prise de poids possible pendant vos traitements liés à :

- ❖ L'arrêt ou diminution de l'activité physique (par l'arrêt de son activité professionnelle et/ou de ses activités sportives).
- ❖ Le risque de passage en ménopause artificielle (chimio ou hormonothérapie).
- ❖ La prise de cortisone associée à certaines chimiothérapies.
- ❖ L'aspect psychologique (« On se rattrape sur l'alimentation »).

#### Pour vous conseiller sur votre alimentation et diminuer les risques d'ostéoporose liés à :

- ❖ La ménopause artificielle induite par la chimiothérapie et certaines hormones anticancéreuses.
- ❖ La prise d'hormones anticancéreuses comme les antiaromatases.

#### Pour s'adapter aux perturbations métaboliques (paramètres lipidiques et glucidiques) liées à :

- ❖ La prise de cortisone dans certaines chimiothérapies ( ↗ les risques d'hyperglycémie).
- ❖ La prise d'hormones anticancéreuses ( ↗ les risques d'hypercholestérolémie).
- ❖ La perte de sels minéraux.

#### Comment s'alimenter sainement?

- ❖ Boire de l'eau, de l'eau et de l'eau, ..., du thé et du café.
- ❖ Varier la consommation des fruits et légumes pour leur richesse en antioxydants.
- ❖ Préférer les céréales complètes.
- ❖ Manger de meilleures graisses.
- ❖ Modérer les extras (viennoiseries, pâtisseries, bonbons, chips,...)

### Pourquoi nous rencontrer ?

#### Pour diminuer le risque de prise de poids possible pendant vos traitements liés à :

- ❖ L'arrêt ou diminution de l'activité physique (par l'arrêt de son activité professionnelle et/ou de ses activités sportives).
- ❖ Le risque de passage en ménopause artificielle (chimio ou hormonothérapie).
- ❖ La prise de cortisone associée à certaines chimiothérapies.
- ❖ L'aspect psychologique (« On se rattrape sur l'alimentation »).

#### Pour vous conseiller sur votre alimentation et diminuer les risques d'ostéoporose liés à :

- ❖ La ménopause artificielle induite par la chimiothérapie et certaines hormones anticancéreuses.
- ❖ La prise d'hormones anticancéreuses comme les antiaromatases.

#### Pour s'adapter aux perturbations métaboliques (paramètres lipidiques et glucidiques) liées à :

- ❖ La prise de cortisone dans certaines chimiothérapies ( ↗ les risques d'hyperglycémie).
- ❖ La prise d'hormones anticancéreuses ( ↗ les risques d'hypercholestérolémie).
- ❖ La perte de sels minéraux.

#### Comment s'alimenter sainement?

- ❖ Boire de l'eau, de l'eau et de l'eau, ..., du thé et du café.
- ❖ Varier la consommation des fruits et légumes pour leur richesse en antioxydants.
- ❖ Préférer les céréales complètes.
- ❖ Manger de meilleures graisses
- ❖ Modérer les extras (viennoiseries, pâtisseries, bonbons, chips,...)