

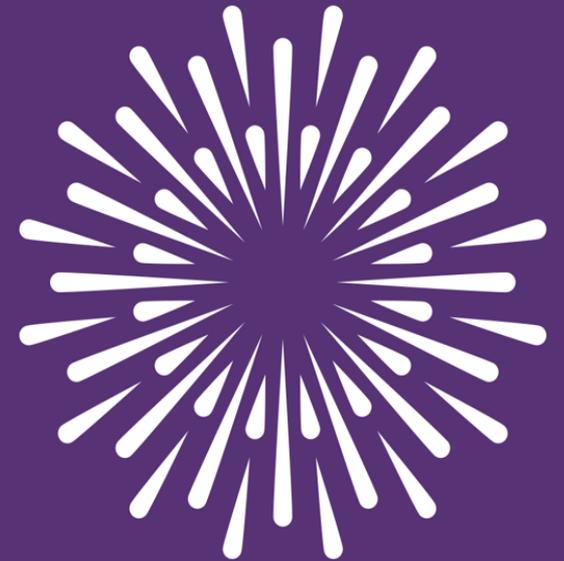


LOOK GOOD
FEEL BETTER
BELLE ET BIEN
DANS SA PEAU



NOUS AVONS BESOIN DE VOUS
Votre aide fait une belle
différence

**BELLE ET BIEN DANS SA PEAU ET LES
PROFESSIONNELS EN SOINS DE SANTÉ**



Les taux de cancer sont en hausse chez les femmes

Les faits à propos du cancer

- **103 200** Canadiennes seront diagnostiquées cette année
- **1** Canadienne sur **2** aura un cancer
- Les effets secondaires sur l'apparence physique peuvent être **dévastateurs**
- La chute des cheveux, des sourcils et des cils, entre autres, se traduit souvent par une **perte d'identité**. La femme ne se reconnaît plus
 - Cela a un impact sur l'estime de soi, l'image physique, la sexualité, les relations, le rôle social, et le retour au travail

Plus que jamais, les soins psychosociaux sont nécessaires pour soutenir les femmes atteintes de cancer qui souffrent encore plus d'isolement en raison de la COVID-19

BBDSP appuie la définition au sens large de la santé psychosociale qui inclut le bien-être mental, émotionnel, social et spirituel

Voici un survol de la façon dont nous aidons

Protection solaire

Soin de la peau

Maquillage

Hygiène cosmétique

Perte de cheveux

Sélection et entretien
de la prothèse capillaire

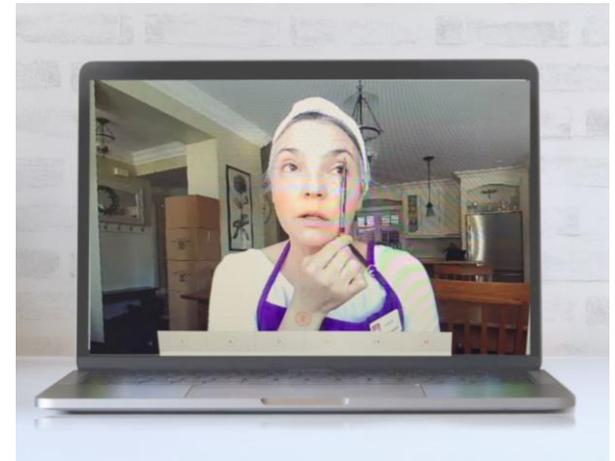
Soin des seins et
prothèses



QUATRE ATELIERS SONT MAINTENANT OFFERTS EN LIGNE !



- Quatre ateliers sont offerts en français et en anglais:
 - Soins de la peau & Cosmétiques
 - Prothèses & Solutions Capillaires
 - Soins du sein
 - Adolescentes
- Chaque atelier est d'une durée d'une heure
- Les femmes peuvent s'inscrire à un seul ou à tous les ateliers
- Animés par 2 bénévoles spécialistes



En petit groupe, les participants peuvent choisir de se joindre avec ou sans caméra. Nos bénévoles fournissent non seulement le contenu de l'atelier, mais ils sont également formés pour encourager le partage, la connexion et le développement d'une communauté

CE QUE LES FEMMES DISENT

- Les protocoles de distanciation sociale mènent à l'isolement social et ont un impact négatif sur la santé mentale
- Les expériences en milieu hospitalier ont radicalement changé avec la diminution des interactions avec d'autres patients, amis ou familles lors des rendez-vous
- Certaines participent à notre atelier virtuel pendant leur séance de chimiothérapie – comme moyen de se distraire et de composer avec la maladie
- En offrant l'atelier en ligne, les obstacles tel que la garde des enfants, l'emplacement et les frais de déplacement sont éliminés
- 93% des femmes recommanderaient l'atelier virtuel BBDSP à une autre femme atteinte de cancer

Pourquoi faisons-nous cela?

« Les patientes rapportent régulièrement que c'est l'intervention la plus utile à laquelle elles ont participé au cours de leur expérience. C'est ce qui permet aux adolescentes, et aux jeunes adultes en particulier, de ressentir ce qu'elles recherchent le plus : un semblant de contrôle et de normalité, et le désir de se sentir elles-mêmes. »

D^{re} Chana Korenblum

PMCC/médecin pour SickKids



Le bien-fondé du soutien psychosocial

L'image corporelle est un problème psychosocial critique chez les patientes atteintes de cancer, car elles subissent souvent d'importants changements d'apparence et de fonctionnement.¹



LOOK GOOD
FEEL BETTER
BELLE ET BIEN
DANS SA PEAU

L'atelier, c'est bien plus que du maquillage

- Jusqu'à 67 % des patientes s'inquiètent des changements liés à l'apparence physique et à l'image¹
- Les cicatrices, la chute des cheveux et l'altération de la peau peuvent avoir des conséquences négatives sur la qualité de vie, à court et à long termes¹

Belle et bien dans sa peau et les professionnels de la santé peuvent faire une différence importante

Référence

1. American Cancer Society/American Society of Clinical Oncology Breast Cancer Survivorship Care Guideline. CA: *Cancer J Clin* 2016;66:43-73. Accessible à : <https://doi.org/10.3322/caac.21319>

Pourquoi est-il important de recommander un atelier gratuit de 2 heures?

- En 2018, une étude internationale a démontré ce qui suit :
 - après un seul atelier de groupe sur le maquillage, des patientes atteintes de cancer ont remarqué une réduction de leurs symptômes de dépression, et une augmentation de leur qualité de vie et de leur estime de soi
 - des soins de beauté ont des effets bénéfiques sur le plan psychosocial lors d'un traitement anticancer
 - une seule participation à un atelier a amélioré le bien-être des femmes en cours de traitement¹

Référence

1. Richard A. *et al.* Recover your smile: Effects of a beauty care intervention on depressive symptoms, quality of life, and self esteem in patients with early breast cancer. *Psycho-Oncology* 2018;1-7. Accessible à : <https://doi.org/10.1002/pon.4957>

2/3 des femmes considèrent l'alopécie comme l'un des effets les plus traumatisants durant un traitement anticancer.¹

L'alopécie peut avoir un impact sur le bien-être émotionnel et l'adhésion au traitement

- **8 %** des femmes refuseraient le traitement uniquement en raison de l'alopécie²
- La femme peut souffrir de dépression, d'anxiété, d'obsession et d'un manque d'estime de soi
- **40 %** ont rapporté des problèmes de couple
- **63 %** ont rapporté des problèmes relatifs à leur carrière³

Références

1. Dr. Mario Lacouture, Dir. Oncoderm. Memorial Sloan Kettering Cancer Ctr, NYC
2. Saggar V, *et al*; *Oncologist*. 2013; 18: 1126-1134)
3. Brough KR, *et al*; *Int. J Women's Dermatol*. 2017;3:53-57

Votre rôle est essentiel pour aider les patientes à faire face aux défis

L'équipe en oncologie est à l'avant-scène en matière de soutien émotionnel



60% DES
RÉFÉRENCES
PROVIENNENT DE
L'ÉQUIPE D'ONCOLOGIE
DES PARTICIPANTES

Votre aide fait une belle différence

Rappelez-vous des 3 « I » de Belle et bien dans sa peau

Intervenir :

- Mentionner les changements physiques et sur l'estime de soi avant le début du traitement anticancer

Introduire :

- Présenter BBDSPP et son programme qui aide à gérer les effets des traitements sur l'apparence physique et à améliorer l'estime de soi

Implanter :

- Recommander aux patientes de s'inscrire à un atelier avant ou durant leur traitement

Avec votre aide, nous pouvons offrir le soutien qui fait une différence pour les femmes

Encouragez vos patientes à visiter www.bbdsp.ca pour s'inscrire jusqu'à 4 ateliers virtuels.

Partagez nos brochures et cartes d'inscriptions et aidez-les à se sentir de nouveau elles-mêmes

