

année plus de 1 500 personnes. Les craintes sont nombreuses : peur de la douleur, peur des radiations ou peur de "trouver quelque chose". Beaucoup ont des idées reçues, faute d'informations claires. Mais quand on explique, simplement et sans jugement, les choses changent. Peu de femmes savent qu'une mammographie délivre moins de rayons qu'une journée à la plage. Et quand un cancer est détecté tôt, neuf femmes sur dix sont encore en vie cinq ans après. Ces chiffres, très largement accessibles, peuvent faire basculer une décision. Nous avons vu des femmes, farouchement opposées au dépistage, changer subitement d'avis après l'une de nos interventions. L'une d'elle, diagnostiquée à un stade précoce, a évité la chimiothérapie... Et va bien aujourd'hui. Ce qui démontre la force du témoignage. Créer une culture du dépistage, c'est aussi former les professionnels et les relais de terrain à une posture d'écoute, et multiplier les temps d'échange. Informer, ce n'est pas convaincre, c'est rendre possible un choix éclairé. »

**Octobre Rose :** « Octobre Rose reste un moment important, mais parfois trop marketing. Le cancer du sein n'est pas rose : c'est douloureux, long et TOUTE l'année. Revenons aux choses essentielles, soit la prévention, l'information et l'écoute. Chacun doit être acteur de sa santé. Le dépistage sauve des vies, mais reste méconnu. Et il ne concerne pas que les femmes : les hommes (moins de 1 %), les jeunes et les proches le sont aussi. Ils peuvent relayer l'information et engager la discussion. Quand on aime, on peut parler prévention avec ses proches. Les jeunes d'aujourd'hui sont les adultes de demain. Cultivons donc la prévention auprès d'eux pour réduire les cancers dits évitables. Les femmes de 50 à 74 ans peuvent bénéficier d'une mammographie gratuite tous les deux ans. Pourtant, plus de 40 % d'entre elles ne le font pas. Mieux informer devient une urgence de santé publique. Octobre Rose ne doit pas être une parenthèse, mais une dynamique durable, un changement de regard collectif. C'est ce que nous portons, chaque jour, avec Une Luciole Dans La Nuit. » ●

« LE DÉPISTAGE ORGANISÉ, C'EST TOUTE L'ANNÉE... »

 **Vivre  
comme avant.**  
Association cancer du sein

## **Annie BROUSSE,** responsable communication de **Vivre Comme Avant**

**Les résultats quantitatifs :** « Notre association n'a pas les moyens d'analyser ces résultats. Cependant, les taux de participation sont variables selon les régions et mériteraient d'être explorés pour mener des actions ciblées au niveau régional. De plus, le taux de participation réel au dépistage du cancer du sein est un peu supérieur aux chiffres de Santé publique France, si nous prenons en compte les mammographies réalisées par les femmes à risque ayant un suivi individuel et celles ayant un suivi post-cancer. »

**Les voies de progrès :** « Notre associations propose plusieurs pistes concrètes : améliorer la compréhension et faciliter l'accès aux outils numériques, aux invitations et aux relances via Ameli pour les femmes en situation précaire, les femmes immigrées, les femmes ne maîtrisant pas la langue française, les femmes âgées ou les femmes malades... si elles ne sont pas accompagnées par des proches ; faciliter l'obtention d'une convocation en cas de perte ou d'oubli de l'invitation initiale ; favoriser l'accès aux cabinets de radiologie pour les femmes habitant loin de ces lieux de dépistage, et, pourquoi pas, développer des bus de dépistage ? ; accélérer la prise de rendez-vous chez les radiologues, agréés ou non, les délais étant parfois très importants dans certaines villes. Combien de femmes vont prendre un rendez-vous six mois à l'avance ? Combien vont se décourager ? »

**Les arguments engageants :** « Il faut impérativement rassurer les patientes en les informant et en leur expliquant, avec des mots simples et des images/photographies qui ne font pas peur, les modalités

de l'examen (déroulement, durée, quoi dire, quoi faire...). Il faut également communiquer sur des chiffres plus positifs, que ce soit sur les enjeux du dépistage organisé (993 femmes sur 1 000 ont un résultat normal et sont rassurées) ou les traitements du cancer du sein (deux tiers des femmes opérées d'un cancer du sein conservent leur sein, une femme sur deux soignée pour un cancer du sein n'a pas de chimiothérapie, la radiothérapie n'est pas systématique...). Plus largement, il faut mettre en évidence des données factuelles, moins s'appesantir sur les risques et insister davantage sur les atouts de la mammographie par rapport à d'autres examens médicaux (pas de prélèvement sanguin, pas besoin d'être à jeun, pas d'anesthésie locale ni générale...). Les éléments de langage sont très importants. Au lieu de dire qu'un cancer détecté à un stade précoce (localisé) "permet d'éviter des traitements lourds et agressifs", disons plutôt "permet d'éviter une chirurgie avec une ablation du sein ou une chimiothérapie". Autre évolution incontournable : la réduction du stress et de la peur de la douleur durant la mammographie seront deux leviers majeurs. L'intimité des femmes et leur choix de participer ou non au dépistage organisé doivent être respectés. Il faut proposer sans imposer. »

**Octobre Rose :** « Au-delà des nombreux événements programmés, il nous semble essentiel de revenir aux basiques et, par exemple, de diffuser ce type de messages : "Le dépistage, c'est toute l'année, car le cancer du sein, ce n'est pas qu'en octobre..." ; "Mettez toutes les chances de votre côté !" ; "Une fois tous les deux ans : un rendez-vous à ne pas rater !" ; "Un examen qui peut vous sauver la vie". Et c'est vrai ! Les bénévoles de Vivre Comme Avant, qui sont des femmes ayant toutes vécu un cancer du sein, sont là pour en témoigner. » ●