

Metz

Octobre rose: un atelier d'autopalpation mammaire à l'IUT

Pour la première fois, l'IUT de Metz accueillait, ce mercredi 22 octobre, un stand de sensibilisation au dépistage du cancer du sein, à l'occasion d'Octobre rose. Les bénévoles de l'association DesSeins pour la vie ont montré aux personnels et aux étudiants les gestes d'autopalpation.

Il ne faut pas faire de la poitrine un sujet tabou. Bien connaître son corps permet de détecter toute anomalie et de pouvoir consulter rapidement. » Sarah Wenner-Pourin, fondatrice et présidente de l'association DesSeins pour la vie, le rappelle: plus un cancer du sein est repéré tôt, plus les chances de guérison sont élevées et moins les traitements sont lourds et invasifs.

Ce mercredi 22 octobre, à l'invitation de l'IUT de Metz, dans le cadre d'Octobre rose, elle et quelques bénévoles sont intervenues auprès des personnels et étudiants pour les sensibiliser aux gestes d'autopalpation. « C'est la première fois que l'IUT accueille cette action. L'objectif est de rappeler, à nos étudiantes notamment, l'importance de la prévention et du dépistage », explique Chloé Monneret, chargée de communication à l'IUT. Flavie Maurutto, qui suit un



Un atelier d'autopalpation et de sensibilisation au cancer du sein était organisé ce mercredi, à l'IUT de Metz, avec l'association DesSeins pour la vie. Photo Hugo Azmani

cursus en Gestion des entreprises et administrations (GEA), estime effectivement que « les jeunes femmes ne sont pas assez sensibilisées ». « À notre âge, on ne se sent pas forcément concernées. On n'y pense tout simplement pas », témoigne-t-elle. La jeune femme ne connaît pas les gestes d'autopalpation et est venue pour cette raison: « Je

trouve ça important de venir les apprendre ».

Réaliser les mêmes gestes, tous les mois

Rachel Dillhofer, bénévole de l'association DesSeins pour la vie, montre comment procéder. D'abord en observant sa poitrine, debout, face à un miroir, puis en levant un bras après

l'autre et en effectuant de petits cercles jusqu'à la clavicule et sous le bras. Enfin, en pressant le mamelon. « Il est ensuite conseillé de répéter ces gestes en position allongée. C'est important de réaliser cet examen tous les mois, au même moment, idéalement entre le huitième et le dixième jour après le début de vos règles », explique la bénévole.

le. « Si vous constatez la moindre anomalie, rougeur, bosse, inflammation, démangeaison, ou le moindre pli, il faut consulter. Il n'y a rien de tabou à se toucher les seins », insiste-t-elle.

D'autant que les cancers du sein touchent des femmes de plus en plus jeunes, donc non concernées par le dépistage organisé entre 50 et 74 ans. Comme Christine Rubeck, venue témoigner de son parcours face aux étudiants. « J'avais 39 ans quand j'ai eu un cancer du sein. Je l'ai découvert par hasard: en me grattant, j'ai senti une petite boule. J'avais en réalité trois tumeurs. » La jeune femme a eu droit à ce qu'elle appelle « le package complet »: mastectomie, chimiothérapie, radiothérapie, immunothérapie, hormonothérapie... Des mots qui font peur, mais « ça ne doit pas devenir une phobie. S'autopalper, connaître son corps, ce n'est pas se chercher un cancer. C'est une bonne chose, c'est prendre soin de soi ». Et ça sauve des vies.

● Cécile Carton

Et aussi:
jeudi 23 octobre, à 19 h, au Casino de Thionville, l'association Les Dames de Cœur propose une conférence autour de l'activité physique adaptée pour les malades d'un cancer. Gratuit.