

TÉMOIGNAGE

En ce mois d'Octobre rose où l'on met l'accent sur la sensibilisation au cancer du sein, nous avons rencontré Paloma, 35 ans, traitée à Monaco depuis 20 mois. Elle pousse régulièrement la porte de l'association monégasque Écoute Cancer Réconfort.

PALOMA A ACCEPTÉ de nous parler de son quotidien avec le cancer du sein, ce tsunami qui la traverse depuis maintenant 20 mois. Nous la rencontrons à l'association Écoute Cancer Réconfort, « un lieu où l'on apprend que l'on a le droit d'être bien ».

Quand le mot cancer est lâché dans un petit bureau blanc de l'hôpital de Monaco, Paloma a 34 ans. « J'avais déjà consulté en 2023 pour une grosseur mais on m'avait dit que ce n'était rien. En janvier 2025, quand ma tante fait une récidive de son cancer du sein, parce que dans la famille on est porteur du fameux gène, elle me dit d'aller faire une prise de sang pour contrôler. Et là tout s'enchaîne. On est le 1^{er} février quand les mots "cancer" et "stade 3" sont prononcés. Je me fais opérer le 19. Et les traitements démarrent. »

Black-out

À l'annonce du diagnostic elle se souvient d'un « black-out » : « Je crois qu'après le mot « cancer », je n'ai plus écouté grand-chose. Il est dur à entendre ce mot. Mon père est mort d'un cancer du poumon, alors forcément, on se demande comment va être la suite. » Elle dit aussi que les médecins ont pris soin de l'annoncer « de la bonne façon », mais que les trois ou quatre mois qui ont suivi ont été difficiles.

Impossible de reprendre le travail tant le corps est sollicité et fatigué. Difficile aussi à la maison pour le conjoint qui doit trouver les mots. Pour autant, elle ne s'est jamais demandé « Pourquoi moi ? » « Je me suis plutôt interrogée sur ce que je pouvais changer dans mon quotidien pour que ça ne revienne plus. Forcément on se remet en question. On se dit qu'on va commencer à penser un peu à soi, parce qu'on s'est un peu oublié. J'avoue que je vois la vie différemment à présent. Heureusement que j'ai croisé la route de l'association Écoute Cancer Réconfort. » Là, notamment à l'espace Mieux Être ouvert en 2009 à Fontvieille, on propose des soins de support gratuits : des soins énergétiques, esthétiques, de la réflexologie plantaire, de la méditation etc, tout ce qui aide à supporter les effets secondaires des traitements.

« À l'association, ils nous aident à retrouver cette estime de soi. »

« Une psychologue nous suit également et des activités physiques adaptées sont proposées [pilates, body zen yoga, aviron santé, NDLR], c'est important pour limiter les récidives. Et puis, beaucoup d'ateliers sont ouverts [bijou en pierres, atelier nutrition, atelier cuisine etc, NDLR] pour créer

Valérie Barilaro, présidente d'Écoute Cancer Réconfort nous a présenté la pétillante Paloma, 35 ans, en cours de traitement pour un cancer du sein. DR



« Malgré la maladie, ici, on s'autorise à être bien »

PAR AGNÈS FARRUGIA / AFARRUGIA@NICEMATIN.FR

L'INFO

L'asso Écoute Cancer Réconfort

À l'heure où le cancer du sein touche chaque année plus de 60 000 femmes, « l'écoute, le lien humain et la reconstruction de l'estime de soi, sont essentiels pour mieux vivre la maladie », explique Valérie Barilaro, présidente de l'association fondée en 1992 sous la présidence d'honneur de la princesse Stéphanie. Depuis 2009, l'association dispose d'un espace Mieux-Être à Fontvieille qui accueille autant les personnes atteintes d'un cancer que leur famille car « la maladie n'atteint jamais une personne seule ».

du lien social, rire, parler et échanger. Il y a le défilé de mode annuel auquel j'ai participé l'année dernière alors que je sortais à peine de chimio. Un grand moment ! J'ai porté les créations de Pauline Ducruet sous l'œil bienveillant de la princesse Stéphanie, après avoir et maquillée, chouchoutée, et coiffée lorsque cela est possible... Et chaque année, un week-end Ressource nous amène quatre jours en dehors de Monaco pour une parenthèse chaleureuse. Valérie [Barilaro, la présidente d'Écoute Cancer reconfort, NDLR] et tous les bénévoles nous chouchoutent. »

Un corps qui ne nous appartient plus

Chimiothérapie, immunothérapie, hormonothérapie, thérapie anti-HER2, Paloma a tout eu. 20 mois de traitements, ablation partielle d'un sein, et bientôt l'ablation des deux. Elle s'y prépare.

« C'est quand même ça le plus difficile : la transformation physique. Avec les traitements, on prend du poids. Les médecins font attention à la perte de poids, mais s'inquiètent moins de l'inverse. Déjà qu'il faut s'habituer à son reflet dans le miroir sans cheveux, sans sourcils, il faut aussi composer avec un corps qui prend des kilos à cause des traitements. Un corps qu'on ne contrôle plus, qui ne nous appartient plus. Ensuite, on touche à nos seins et puis, quelque chose qu'on sait moins, c'est qu'il est conseillé de congeler ses ovocytes avant les traitements. Parce qu'ils peuvent altérer, plus ou moins fortement, la fertilité. Je l'ai fait. C'est une étape difficile aussi. Qu'on

encaisse encore. Tout est une attaque à notre féminité. C'est dur et à l'association, ils nous aident à retrouver cette estime de soi qui s'étirole avec la maladie. »

On se crée un avenir

À l'approche du Movember ^(*), dans les locaux d'Écoute Cancer Réconfort, on se fabrique des moustaches et on rit beaucoup. Comment Paloma voit l'avenir ? « Pendant ma chimio, j'ai acheté un appartement. L'avenir, je me le crée, il le faut. Je sais que si on m'a enlevé la tumeur, si elle n'est plus dans mon corps, rien n'est fini. À celles et ceux qui me disent "ça va, le cancer du sein ça se soigne aujourd'hui", j'aimerais rappeler qu'un cancer ce n'est pas une grippe. »

Pas facile en effet pour l'entourage d'adopter la bonne attitude et « l'association est là aussi pour eux. C'est super. »

La moustache et le sourire en place, Paloma va rentrer chez elle. Elle remercie l'association d'exister. « Vous savez, à l'hôpital, il y a des médecins, des infirmières, et même si c'est pour une chimio ou un bilan, on est entourés. Quand on sort, on est de nouveau seule face à nous-mêmes, et ça peut vite devenir anxiogène. Avec Valérie et tous les bénévoles qui se donnent à 2000 %, on peut passer ce cap. Pour moi, en tout cas, c'est vital. »

^(*) Le mois de novembre est dédié à la sensibilisation des maladies masculines, et à cette occasion, les hommes se laissent pousser la moustache.