

ENTRETIEN AVEC

**Christine M. Friedenreich, Ph. D., MACSS,
MSRC**

Université de Calgary



Lauréate du prix de 2025 de l'ACRC

« Philip E. Branton pour un leadership exceptionnel en matière de recherche sur le cancer »

Quelles sont les réalisations dont vous êtes le plus fière en tant que chef de file de la recherche sur le cancer?

En tant que chef de file de la recherche sur le cancer, je suis fière de plusieurs réalisations. Au début de ma carrière, le rôle de l'activité physique dans la lutte contre le cancer était mal compris. J'avais déjà travaillé sur le rôle du tabagisme et de l'apport alimentaire dans l'étiologie du cancer et, lorsque j'ai commencé ma carrière à Calgary, j'ai réalisé que l'activité physique pouvait être un axe d'étude. J'ai eu la chance de rencontrer Kerry Courneya, qui était lui aussi en début de carrière à l'université de Calgary. Ensemble, nous avons défini un cadre théorique pour étudier le rôle de l'activité physique à toutes les étapes de l'expérience du cancer, de la prévention à la survie. Nous avons commencé par des études rétrospectives, puis nous sommes passés à des essais contrôlés randomisés.

Les débuts ont été difficiles, car nous nous sommes heurtés au scepticisme de nos collègues médecins. Nous avons persévéré et mené ensemble plus de 45 études portant sur l'activité physique et son rôle dans l'étiologie du cancer, ainsi que sur la mise à l'essai d'exercices physiques pour la prévention du cancer, l'adaptation et la réadaptation pendant le traitement et, plus récemment, sur les résultats en matière de survie. Nous avons pu mener les premières études au Canada, et parfois dans le monde, qui ont démontré que l'activité physique réduit le risque de plusieurs cancers et que l'exercice peut être utilisé pour améliorer l'adaptation, la réadaptation, la qualité de vie et la survie après un cancer. Après plus de 30 ans de travail dans ce domaine, nous avons également pu mettre à profit nos connaissances et nos recherches pour contribuer à l'élaboration de lignes directrices sur l'activité physique en lien avec la prévention du cancer et la survie à cette maladie.

Mes recherches ont également porté sur la compréhension des mécanismes biologiques sous-jacents qui pourraient expliquer le lien entre l'activité physique et l'apparition du cancer ainsi

que la survie après un cancer. Grâce à la conduite d'études épidémiologiques moléculaires comprenant notamment la collecte d'échantillons biologiques et des mesures directes de l'activité physique, de la condition physique liée à la santé et du comportement sédentaire de nos personnes participantes, nous avons maintenant une compréhension bien plus approfondie de l'influence de l'activité physique sur le cancer et des interventions qui permettent d'améliorer les résultats liés à cette maladie. Enfin, ce dont je suis le plus heureuse en ce qui concerne mes travaux de recherche, c'est qu'il existe désormais, au sein du public et du corps médical, une conscience bien plus vaste des bienfaits de l'activité physique dans l'ensemble du continuum du cancer. Nous sommes passés du scepticisme à l'optimisme. En plus d'être universellement accessible, l'activité physique permet de se prendre en main, qu'il s'agisse de réduire le risque de cancer ou d'améliorer les résultats après un diagnostic de cancer. Elle peut faire partie de nos habitudes de vie et nous permet de prendre le contrôle de notre santé et de récolter les bienfaits d'un mode de vie actif, puisque, comme nous le savons aujourd'hui, elle contribue aussi à lutter contre le cancer.

Selon vous, quelles sont les principales qualités d'une bonne ou d'un bon leader?

Une bonne ou un bon leader possède plusieurs qualités essentielles. Au cours de ma carrière, on m'a décrite comme une leader « servante », c'est-à-dire une personne dont l'objectif principal est d'aider les autres, en particulier les individus qu'elle dirige. Elle accorde la priorité aux besoins et à la croissance des membres de l'équipe, favorise un sentiment de confiance et responsabilise les membres de l'équipe en vue d'atteindre des objectifs communs.

Je mets l'accent sur le travail d'équipe, en encourageant et en soutenant le rôle de chaque membre, en écoutant les suggestions et en les mettant en œuvre. Les leaders doivent savoir faire preuve d'humilité, car personne ne peut posséder une expertise dans tous les aspects des travaux de recherche que nous menons. De plus, ils doivent avoir une vision, adopter une attitude positive, respecter leurs engagements et reconnaître les contributions et les réalisations des autres.

En quoi la diversité du personnel de recherche améliore-t-elle et fait-elle progresser la recherche sur le cancer, et comment la favoriser au Canada?

Depuis que je suis chercheuse sur le cancer, l'effectif canadien s'est diversifié, ce qui a permis de produire de meilleurs résultats au pays, tant sur le plan qualitatif que quantitatif. Le Canada a aujourd'hui l'occasion de continuer à renforcer cette diversité et d'être considéré comme un lieu exceptionnel pour mener des travaux de recherche. Nous devons continuer à accepter des stagiaires et des scientifiques du monde entier, issus de formations et de parcours personnels différents, pour qu'ils se forment et travaillent à nos côtés. Ce faisant, nous pourrions accomplir des progrès encore plus importants dans la lutte contre le cancer.

Tout au long de ma carrière, j'ai constaté que le retour sur investissement de la recherche au Canada était plus important que dans de nombreux autres pays. Il est toutefois nécessaire de

poursuivre cet investissement dans la formation de la prochaine génération de scientifiques, de soutenir les scientifiques en début de carrière et de garantir la réussite continue des chercheuses et chercheurs actifs dans le domaine en maintenant les infrastructures et les ressources nécessaires à un rayonnement international. Nous devons continuer de défendre cet investissement auprès de tous les ordres de gouvernement et dialoguer avec le secteur philanthropique pour améliorer l'écosystème de la recherche sur le cancer et augmenter notre capacité de recherche sur cette maladie.

Comment les chefs de file de la recherche sur le cancer au Canada peuvent-ils contribuer à faire avancer cette recherche à l'échelle internationale?

Les chefs de file de la recherche sur le cancer au Canada peuvent contribuer à l'avancement de la recherche sur le cancer à l'échelle internationale en s'impliquant dans des projets et des organismes de recherche internationaux. Un point important de ma carrière est ma collaboration, pendant des dizaines d'années, avec le Centre International de Recherche sur le Cancer (CIRC), dont le siège se trouve à Lyon, en France. J'ai eu la chance d'y effectuer ma formation postdoctorale, puis d'y revenir en tant que scientifique invitée pour une année sabbatique, et enfin d'être la représentante canadienne puis la présidente du conseil scientifique. Mon expérience au sein du CIRC et mes contributions auprès d'autres organismes internationaux montrent clairement que les Canadiennes et les Canadiens sont très respectés sur la scène internationale. L'Institut du cancer des IRSC, la Société canadienne du cancer et de nombreux autres bailleurs de fonds de la recherche sur le cancer au Canada reconnaissent également que l'utilisation des fonds alloués à la recherche sur le cancer auprès d'autres organismes dans le monde offrira encore plus de possibilités d'accélérer le progrès dans la recherche sur le cancer et d'avoir une plus forte incidence sur la réduction du fardeau que représente cette maladie dans le monde. Nous devons nouer ce type de partenariats et collaborer de manière stratégique avec d'autres organisations à l'échelle mondiale afin d'aller plus loin et de tirer profit de nos réussites mutuelles pour atteindre ces objectifs communs en matière de lutte contre le cancer. Ces partenariats existent déjà et devraient être encouragés.

Quels conseils de carrière donneriez-vous à la prochaine génération de chercheuses et de chercheurs sur le cancer qui aspirent peut-être à occuper des postes de direction?

J'ai trois recommandations principales pour la prochaine génération de chercheuses et de chercheurs sur le cancer qui aspirent à occuper des postes de direction. Tout d'abord, faites vos preuves dans votre propre domaine de recherche : concentrez-vous sur vos sujets de recherche, menez vos propres études évaluées par les pairs, formez des équipes solides et veillez à tenir vos engagements en lien avec votre propre programme de recherche. Pour asseoir votre crédibilité en tant que chef de file dans votre domaine de recherche, il est important de commencer par mettre sur pied votre propre programme de recherche. Il existe aujourd'hui d'excellentes occasions de formation complémentaire sur la mise en place d'équipes solides. Pour réussir, il est essentiel de suivre ce type de formation et de bénéficier d'un bon mentorat.

Ensuite, dès que possible, consacrez du temps à des activités de service professionnel : impliquez-vous dans des comités d'évaluation par les pairs, participez à des activités de participation communautaire pour faire connaître vos travaux, travaillez avec le secteur caritatif de la lutte contre le cancer, etc. Au fil du temps, n'hésitez pas à prendre part à des comités, à des conseils consultatifs et à d'autres activités similaires aux côtés des bailleurs de fonds de la recherche sur le cancer afin de les aider à adopter des positions stratégiques et aussi efficaces que possible à l'égard du financement et des retombées de la recherche. N'oubliez pas que vos heures de bénévolat vous profiteront à vous autant qu'aux autres. Mon dernier conseil est de rechercher des occasions de formation sur le leadership. En tant que scientifiques, nous sommes formés dans notre domaine, mais pas à la mise en place et à la gestion d'équipes, de projets et de personnel de recherche diversifiés. Pour devenir une bonne ou un bon leader, il faut prendre le temps d'apprendre ce qu'est le leadership, notamment quelles sont les qualités d'une grande ou d'un grand leader, comment élaborer et mettre en œuvre des plans stratégiques pour sa propre recherche et pour son équipe, son service ou son organisation, et comment travailler dans des environnements de recherche en constante évolution et s'y adapter. Développer ces compétences de gestion et de leadership demande des efforts, mais cela en vaut la peine, tant sur le plan professionnel que personnel.