



Interviews, détails :

Lucie Galice

01 49 97 17 13

E-mail : l.galice@wcrf.org

Le niveau de vitamine B lié à la réduction du risque de cancer des poumons

Courbevoie, le 16 juin 2010 – Les individus avec un niveau de vitamine B élevé dans le sang pourraient avoir un risque réduit de développer un cancer des poumons selon une nouvelle étude financée par le réseau mondial du World Cancer Research Fund (WCRF) duquel le Fonds Mondial de Recherche contre le Cancer (FMRC) est le membre français.

Cette étude, réalisée par des scientifiques au Centre International de Recherche sur le Cancer (CIRC) à Lyon et dont les résultats ont été publiés dans la revue scientifique *Journal of the American Medical Association* (JAMA), montre que les individus avec un taux de vitamine B6 et de méthionine au dessus de la moyenne sont moitié moins susceptibles de développer un cancer des poumons. Ces résultats étaient similaires pour les fumeurs, non fumeurs et anciens fumeurs.

Pour les individus avec des niveaux élevés de vitamines B6 et B9 (acide folique) ainsi que des niveaux élevés de méthionine, le risque de cancer des poumons était deux tiers moins élevé.

Malgré le fait que ces résultats sont considérés comme significatifs plus de recherche est nécessaire pour que les scientifiques soient confiant qu'augmenter le niveau de vitamines B dans l'alimentation réduit le risque de cancer des poumons et comprennent comment cela fonctionne.

Les scientifiques nous mettent en garde que même si les résultats étaient confirmés par d'autres études, l'impact des vitamines B sur le risque de cancer des poumons serait beaucoup moins important que le tabagisme.

Dr Paul Brennan, qui a dirigé cette étude affirme: "Plus de recherche est nécessaire pour confirmer que les vitamines B réduisent effectivement le risque de cancer des poumons. Cependant ces résultats sont significatifs parce qu'on retrouvait la réduction du risque à la fois chez les fumeurs, anciens fumeurs et chez les individus n'ayant jamais fumé.

"Si de prochaines études confirment ces résultats, la prochaine étape sera ensuite de déterminer le niveau optimal de vitamines B pour réduire le risque de cancer."

Dr Panagiota Mitrou, Responsable des programmes scientifiques du réseau du WCRF et du FMRC affirme que "ces résultats sont vraiment intéressants car ils nous aident à comprendre le processus du cancer des poumons et pourraient avoir des implications en termes de prévention.

“Même si cette étude est importante, il est crucial de sensibiliser les fumeurs au fait qu’augmenter sa consommation de vitamines B n’est pas et ne sera jamais un substitut pour arrêter de fumer.

Cependant il faut aussi noter qu’un nombre significatif de cas de cancer des poumons surviennent chez des individus qui n’ont jamais fumé ou ont arrêté de fumer. Cela veut dire que pour les anciens fumeurs et ceux qui n’ont jamais fumé cette étude montre qu’ils pourraient agir de façon positive pour réduire leur risque de cancer des poumons.

“Il est aussi important de rappeler que le travail dans ce domaine n’enlève rien à l’excellent travail effectué dans le monde entier pour réduire le tabagisme. Pour le cancer des poumons c’est de loin le facteur de risque le plus important. Il est aussi important d’insister sur le fait que cette étude ne montre pas que prendre des compléments alimentaires de vitamine B est efficace.

La recherche jusqu’à présent a montré qu’environ un tiers des cas de cancers les plus communs pourrait être évité en ayant une alimentation équilibrée, en pratiquant une activité physique régulière et en maintenant un poids corporel optimal. Le réseau WCRF et le FMRC recommandent de ne pas prendre de compléments alimentaires pour se protéger du cancer.

Notes aux journalistes:

Pour cette étude, les scientifiques ont observé 899 individus qui avaient donné leur sang pour l’étude EPIC (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition), une étude de cohorte suivant une population plus large de 500 000 personnes dans 10 pays européens, et qui ont ensuite développé un cancer des poumons ainsi que 1770 individus qui avaient donné leur sang mais n’ont pas développé la maladie.

L’avantage d’étudier les niveaux de vitamines B dans les prélèvements de sang effectués avant le développement de la maladie est que ces niveaux ne sont pas affectés par la maladie et sont probablement une façon plus exacte de mesurer la consommation alimentaire que les questionnaires alimentaires qui dépendent de la mémoire des individus et sont généralement moins fiables.

Les aliments riches en vitamines B et nutriments associés incluent les fruits et les légumes à feuilles vertes (acide folique), les céréales et graines complètes fortifiées (vitamine B6), ainsi que plusieurs graines, noix, viandes et poissons (méthionine).



Les travaux du **Fonds Mondial de Recherche de contre le Cancer** (FMRC) prouvent que le cancer est en grande partie évitable. Il s’est donc donné comme mission d’aider les individus à faire des choix pour réduire leur risque de développer cette maladie.

Cela inclut de financer la recherche scientifique sur le lien entre risque de cancer et alimentation, activité physique et gestion du poids corporel. Cela inclut également le développement de programmes d’information qui sensibilisent au fait qu’environ 1/3 des cancers les plus communs pourrait être évité via un changement de mode de vie.

Pour plus d’information sur le travail du FMRC, consultez www.fmrc.fr.

Le rapport d’experts scientifiques *Food, Nutrition, Physical Activity, and the Prevention of Cancer: a Global Perspective** a été publié en 2007. Il représente l’étude la plus complète jamais menée sur le lien entre cancer et mode de vie.

Pour plus d’informations sur ce rapport, consultez www.rapportalimentationcancer.fr (en Anglais).

Le FMRC est le membre français du réseau mondial du World Cancer Research Fund (WCRF).

* *Alimentation, Nutrition, Activité Physique et Prévention du Cancer : une Perspective Mondiale*