

## 2 à 4 portions journalières de produits laitiers: réduction de moitié du risque de cancer du sein

En février, les auteurs de l'étude de suivi de longue durée espagnole du SUN Project ont publié leur analyse concernant l'influence de la consommation de lait et de produits laitiers sur le risque de cancer du sein. Ils ont conclu qu'avec 2 à 4 portions journalières, le risque de cancer du sein était 51 % plus faible. Pour le cancer du sein post-ménopausique, la baisse statistiquement significative du risque était de 58 à 72 %. Le risque de cancer du sein au stade de préménopause était également diminué.



En Espagne, des scientifiques des Universités de Navarre, de Madrid et de Valence mènent actuellement une étude de suivi de longue durée intitulée SUN Project (Seguimiento Universidad de Navarra) pour examiner entre autres l'influence de l'alimentation sur diverses maladies. Fin février 2021, ils ont publié une analyse concernant l'influence de la consommation de lait et de produits laitiers sur le risque de cancer du sein. Ils ont utilisé pour cela les données alimentaires de 10 930 femmes. La notion de "produits laitiers" incluait la crème, le lait condensé, le yogourt, le fromage, le cottage cheese, le fromage frais, le flan et la glace. Pendant le suivi de 12 ans, 119 cas de cancer du sein ont été identifiés.

## Résumé

Après la prise en compte statistique de nombreux facteurs possibles, ils ont observé une relation en forme de U, le risque le plus faible de cancer du sein, soit une diminution de 51 %, étant observé pour 2 à 4 portions de lait et de produits laitiers par jour. La différenciation en cancers du sein pré- et post-ménopausique a montré une baisse statistiquement significative de 58 à 72 % du risque de cancer du sein post-ménopausique pour la consommation précitée. S'agissant du cancer du sein pré-ménopausique, une diminution du risque certes tendancielle, mais statistiquement insignifiante, a été observée. La diminution du risque devenait statistiquement insignifiante à partir de 4 portions journalières de lait et de produits laitiers également.

## Référence

Aguilera-Buenosvinos I, Fernandez-Lazaro CI, Romanos-Naclares A, et al. Dairy Consumption and Incidence of Breast Cancer in the 'Seguimiento Universidad de Navarra' (SUN) Project. *Nutrients* 2021

## Ateure

Susann Wittenberg, BSc en écotrophologie  
Producteurs Suisses de Lait PSL, Weststrasse 10, 3000 Berne 6  
susann.wittenberg@swissmilk.ch

Newsletter pour les professionnel·les de la nutrition, mars 2021