

Carcinome colorectal Effet protecteur des produits laitiers

On appelle carcinome colorectal un type de tumeur maligne qui se développe au niveau de la muqueuse du côlon ou du rectum, le 70 % des carcinomes colorectaux étant localisés dans le rectum. Ce cancer vient en troisième position des atteintes malignes les plus fréquentes au monde. Le diagnostic est posé chaque année chez largement plus d'un million de personnes. La maladie survient généralement au-delà de la cinquantaine.

Des études épidémiologiques montrent que certains facteurs environnementaux jouent un rôle déterminant dans l'étiologie de ce cancer. Des investigations sur l'implication de certains aliments ont montré que la consommation de quantités abondantes de produits carnés et d'alcool fait augmenter le risque, alors qu'une grande consommation de légumes et de fruits a plutôt un effet protecteur. Les milieux spécialisés sont en revanche partagés pour ce qui est de l'influence du lait et des produits laitiers, auxquels on attribue aussi bien des vertus protectrices que des propriétés néfastes. D'un côté, la teneur relativement élevée en matière grasse de nombreux produits laitiers passe pour un facteur favorisant le développement du carcinome colorectal parce que celle-ci fait augmenter la concentration des acides biliaires dans



l'intestin. D'un autre côté, les produits laitiers pourraient développer un effet protecteur de par leur teneur en calcium: ce dernier lie et neutralise les acides biliaires secondaires qui provoquent l'inflammation, en même temps qu'il réduit la prolifération cellulaire et stimule la différenciation des cellules. Des composants de la matière grasse lactique tels que l'acide butyrique et l'acide linoléique conjugué pourraient également avoir des effets anticancéreux, tout comme la lactoferrine et les bactéries lactiques.

Les diverses études épidémiologiques relatives à l'influence du lait et des produits laitiers sur le carcinome colorectal ont abouti à des résultats divergents et hétérogènes. À des fins de synthèse et d'évaluation des différentes données disponibles et pour mettre en évidence une possible relation de dose à effet, un groupe de travail emmené par le professeur Norat, du département d'épidémiologie et de biostatistique du Collège Impérial à Londres (UK), a dépouillé systématiquement les travaux menés sur le sujet dans le cadre d'une méta-analyse. Les résultats de celle-ci ont été publiés le 26 mai 2011. L'étude a pris en compte en tout 19 études d'observation de longue durée publiées jusqu'en mai 2010. Les «produits laitiers» consistaient en lait frais de teneur variable en matière grasse, en fromage affiné, en fromage frais, en cottage cheese, en yogourt, en lait acidulé et en beurre.



Résultats

Des corrélations claires et significatives peuvent être constatées lorsque la catégorie «produits laitiers» est considérée dans son ensemble. Pour la consommation la plus élevée de produits laitiers, le risque de carcinome colorectal était inférieur de 19 pour cent par rapport à la consommation la moins élevée. Une relation de dose à effet significative a par ailleurs été constatée: par 400 g de produits laitiers consommés en plus par jour, le risque diminuait de 17 pour cent.

Les données limitées au lait à boire révélait une baisse significative du risque de carcinome colorectal (-17 %) si l'on comparait la consommation la plus élevée à la consommation la plus basse. Une relation de dose à effet significative a été constatée ici aussi: par 200 g de lait consommé en plus par jour, le risque diminuait de 10 pour cent.

De même, la consommation de fromage révélait une légère association inverse avec la maladie, c'est-à-dire un léger effet préventif quoique non significatif. Des relations significatives n'ont pas été constatées non plus pour les produits laitiers fermentés, le fromage frais, le cottage cheese, le beurre, etc.

Une tendance générale se dessinait toutefois: plus la consommation de lait et de produits était abondante, plus le risque de carcinome colorectal était faible.

Se référant à divers mécanismes d'action biologiquement plausibles tels que ceux résumés plus haut, les auteurs de ces travaux concluent que la consommation de grandes quantités de lait et de produits laitiers protège du carcinome colorectal.

L'importance de ce type de cancer en tant que cause de décès confère à ces effets protecteurs du lait une portée sociale de grande dimension. Ils devraient donc être pris en considération dans le conseil diététique.

Référence bibliographique

Aune D, et al. Dairy products and colorectal cancer risk: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Annals of Oncology*, Advance Access published May 26, 2011

Pour de plus amples informations

Fédération des Producteurs Suisses de Lait PSL
Swissmilk
Relations publiques /Centre de compétences «lait»
Susann Wittenberg
Nutritionniste B.Sc.
Weststrasse 10
3000 Berne 6

Téléphone 031 359 57 57
factsandnews@swissmilk.ch
www.swissmilk.ch

Maillaiter juillet/ août 2011



Suisse. Naturellement.

www.swissmilk.ch