

Étude de grande ampleur: trop peu de lait augmente le risque de cancer colorectal

Le cancer colorectal est responsable d'un décès lié au cancer sur trois. Une analyse des facteurs de risque de cette maladie a donc été réalisée. Il en ressort que le manque de lait et le manque de calcium dans l'alimentation font partie des facteurs de risque du cancer colorectal.



Dans le monde entier, le cancer colorectal est en nette augmentation chez les deux sexes. Il est maintenant la troisième cause de décès par cancer. Il est aussi la deuxième cause d'années de vie en bonne santé perdues (DALY), qui sont la base du calcul de l'espérance de vie corrigée de l'incapacité (EVCi).

La Global Burden of Diseases, Injuries and Risk Factors Study (GBD), soutenue par l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et financée par la Bill & Melinda Gates Foundation, a présenté récemment les données actuelles relatives à l'incidence, à la mortalité et aux DALY en fonction de l'âge, du sexe et de la situation géographique¹. L'analyse a porté sur 87 facteurs de risque de cancer colorectal. Pour dix d'entre eux, un lien statistiquement significatif a pu être établi avec la mortalité et les DALY liés au cancer colorectal: la

consommation d'alcool, une alimentation contenant une forte proportion de viande rouge, une alimentation pauvre en calcium, une alimentation pauvre en fibres, une alimentation "pauvre en lait", un indice de masse corporelle élevé, une glycémie à jeun élevée, une activité physique faible et le tabagisme.

Par ordre d'importance, le premier facteur de risque est l'alimentation "pauvre en lait" avec 15,6 %, suivi par le tabagisme avec 13,3 % et, en troisième position, une alimentation pauvre en calcium avec 12,9 %. Toutefois, l'apport de fibres, facteur de risque le plus souvent mentionné en diététique, arrive en dernière position avec 1,8 %. Cette évaluation mondiale vient appuyer les données d'études d'observation de longue durée (études de cohorte), qui prouvent qu'une consommation élevée de lait et de produits laitiers est corrélée avec une réduction du risque de cancer colorectal.

Référence

1. GBD 2019 Colorectal Cancer Collaborators. Global, regional, and national burden of colorectal cancer and its risk factors, 1990-2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet Gastroenterol Hepatol.* 2022
2. Barrubés L, Babio N, Becerra-Tomás N, et al. Association Between Dairy Product Consumption and Colorectal Cancer Risk in Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis of Epidemiologic Studies. *Adv Nutr.* 2019

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, mai 2022