

LA NUTRITION ET LE CANCER DU SEIN


Élisabeth-Anne Hébert Dt.P
Cancer du sein –Mise à jour 2010
Vendredi 1^{er} octobre 2010
Centre des Congrès de Québec

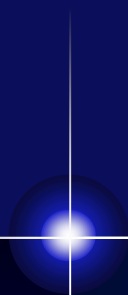


➤ Aucun conflit d'intérêt déclaré.

BUTS

- ❖ Informer sur les impacts réels de la nutrition sur le cancer du sein.
- ❖ Transmettre l'information reconnue à travers la communauté scientifique.

- 
- ❖ La nutrition est une science jeune...
 - ❖ On connaît de plus en plus de choses sur les liens entre le cancer et la nutrition mais beaucoup reste encore à découvrir...



❖ QUE FAIRE POUR
RÉELLEMENT DIMINUER
LES RISQUES DE CANCER
DU SEIN???



❖ 2007:

❖ WORLD CANCER RESEARCH FUND

+

❖ AMERICAN INSTITUTE OF CANCER RESEARCH

❖ Publication : Food, Nutrition, Physical Activity and the prevention of cancer: a global perspective.

CHEZ LES ♀ PRÉ-MÉNOPAUSÉES

Niveau preuve	Diminution du risque	Augmentation du risque
Convincing/ concluant		<i>Alcool</i>
Probable	Gras corporel	
Limité	Activités physiques	

CHEZ LES ♀ POST-MÉNOPAUSÉES

Niveau preuve	Diminution du risque	Augmentation du risque
Convincing/ concluant		<i>Alcool</i> Gras corporel
Probable	Activités physiques	Gain de poids à l'âge adulte
Limité		Lipides totaux

Alcool et cancer du sein

- ❖ L'évidence que l'alcool est une cause de CA sein chez les ♀ pré + post-ménopausées est concluante/convaincante.
- ❖ ↑ risque ↔ ↑ consommations

Alcool et cancer du sein

❖ Méta-analyse 1994

- 38 études
- ↑ risque selon le nombre de consommations :
 - 1 consommation/jour = ↑ risque de 11 %
 - 2 consommations/jour = ↑ risque de 24 %
 - 3 consommations/jour = ↑ risque de 38 %
- Consommation quotidienne d'alcool =
↑ risque de CA du sein.

➤ Longnecker, MP, Cancer Causes Control; 1994: 5 : 73-82

Alcool et cancer du sein

- ❖ 2^e Méta-analyse
- ❖ 40 études
- ❖ ↑ 10 % du risque de CA du sein avec consommation quotidienne de boissons alcoolisées.

➤ Ellison, RC, Am J Epidemiol;2001;154:740-747

Alcool et cancer du sein

- ❖ Étude Women's Health Study
- ❖ USA
- ❖ Entre 1992 et 2004
- ❖ 38454 ♀

- ❖ Une consommation par jour (+/- 10g alcool)
↑ 9% risque CA sein.
- ❖ Trois consommations par jour (+/- 30g alcool)
↑ 43% risque CA sein.

Alcool et cancer du sein

❖ Chez les survivantes ???

Effets de l'alcool ne sont pas bien connus...

Prudence...

Alcool et cancer du sein

- ❖ Nouvelle étude présentée à San Antonio décembre 2009.
- ❖ Publiée JCO 2010/8/30
- ❖ Étude prospective
- ❖ Dx entre 1997-2000
- ❖ Recrutées 11 à 39 mois après le Dx
- ❖ Traitement complété (sauf tx hormonal)
- ❖ Pas histoire de CA (autre) 5 ans avant Dx

Alcool et cancer du sein

- ❖ Cancer du sein de stade peu avancé:
Stade I,II ou IIIa
- ❖ 1897 femmes
- ❖ entre 18-70 ans

Alcool et cancer du sein

- ❖ Consommation d'alcool
(vin, bière, spiritueux)
- Consommation après Dx à l'aide d'un questionnaire de fréquence.

Alcool et cancer du sein

- Les « non drinkers » :
- plus jeunes,
- race blanche,
- niveau d'éducation plus élevé,
- plus susceptible de consommer des aliments riches en folates.

Alcool et cancer du sein

- ❖ Résultats:
- ❖ 6 g et plus ROH par jour
vs
- ❖ Pas d'alcool
- ❖ ↑ risque de recidive et de décès par cancer du sein
HR: 1.35 et 1.51

Alcool et cancer du sein

❖ Donc:

- ❖ 3-4 consommations ou plus par semaine
- ❖ ↑ du risque de récurrence de CA sein
- ❖ ↑ du risque de décès par CA sein
- ❖ 1.3 à 1.5 respectivement.

Alcool et cancer du sein

- ❖ Risque de récurrence plus élevé remarqué davantage:
 - femmes post-ménopausées
 - femmes avec surplus poids/obèses

Alcool et cancer du sein

- ❖ ♀ qui consommaient moins d'alcool:
- ❖ Pas de risque plus élevé de récurrence de CA sein.

Alcool et cancer du sein

- ❖ Une consommation d'alcool élevée pourrait affecter négativement la survie.
- ❖ Après un cancer du sein, il semble que les femmes devraient limiter leur consommation d'alcool...

Alcool et cancer du sein

- ❖ D'autres études sont nécessaires pour confirmer de tels résultats avant de pouvoir donner des recommandations officielles.

CHEZ LES ♀ POST-MÉNOPAUSÉES

Niveau de preuve	Diminution du risque	Augmentation du risque
Convincing/ concluant		Alcool <i>Gras corporel</i>
Probable	Activités physiques	Gain de poids à l'âge adulte
Limité		Lipides totaux

Poids et cancer du sein

- ❖ Embonpoint /obésité vs incidence CA sein:
 - **Post-ménopausées:**
 - L'évidence qu'un IMC élevé est une cause de CA sein est concluante/convaincante.

Poids et cancer du sein

❖ Mécanismes...

- 6 ou 7 mécanismes explorés par les chercheurs...
- Donc explications plus ou moins claires...

Poids et cancer du sein

❖ *Chez post-ménopausées:*

- Ovaires ne produisent presque plus d'oestrogènes...
- Source principale d'oestrogènes: cellules adipeuses.
- Plus on a de cellules adipeuses plus on a d'oestrogènes...

Poids et cancer du sein

❖ IMC à 28 et plus: ↑ 26% du risque de dvp
CA sein vs IMC < 21.

Linos, E et al, Curr Oncol Rep 2007;9(1):31-41.

CHEZ LES ♀ PRÉ-MÉNOPAUSÉES

Niveau de preuve	Diminution du risque	Augmentation du risque
Convincing/ concluant		Alcool
Probable	<i>Gras corporel</i>	
Limité	Activités physiques	

Poids et cancer du sein

Embonpoint/obésité vs incidence cancer du sein:

❖ Pré-ménopausées

IMC élevé protège probablement du cancer du sein.

- IMC élevé: risque ↓ CA sein.
- Mécanisme +/- compris.

Poids et cancer du sein

❖ *Chez pré-ménopausées:*

- Embonpoint/obésité: moins d'oestrogènes... que les femmes avec poids normal...
- Mécanismes ????????
- Pas une raison pour prendre du poids...

Poids et cancer du sein

Donc,

❖ surplus de poids AVANT ménopause:

↓ risque

❖ gain de poids ou surplus de poids «in later adulthood»

↑ risque

--PARADOXE--

Poids et cancer du sein

- ❖ Prendre du poids ↑ le risque de dvp CA sein en post-ménopause.
- ❖ Un grand nombre de femmes prennent du poids à la ménopause...

Poids et cancer du sein

- ❖ ↑ poids souvent observée après le diagnostic:
 - documentée depuis les années 70
 - survient dans 50 à 96% de tous les CA sein durant tx.
 - ↑ poids plus fréquente chez ♀ pré-ménopausées au dx et qui recoivent chimiotx adjuvante
 - ↑ varie entre 2.5 à 6.2 kg (5.5 à 13.7 lbs) ou plus...

Demark-Wahnefried, W, J Clin Oncol, 2001 : 19 (9), 2381-2389

Poids et cancer du sein

❖ Selon Boyd :

- 25 % des ♀ PRÉ-MÉNOPAUSÉES
- Sous chimiotx adjuvante
- ↑ poids > 11 kg (24 lbs) durant les tx

Boyd, NF, J Natl Cancer Inst, 1993 (85), p.6-7

Poids et cancer du sein

- ❖ Pourquoi s'intéresser à la prise de poids pendant les traitements???

Poids et cancer du sein

❖ Sujet de recherche :

↑ Poids APRÈS diagnostic



Affecterait la survie

Kroenke, CH et al, J Clin Oncol. 2005;23 :(7):1370-78

Poids et cancer du sein

- Gain de poids APRÈS diagnostic

Risque plus élevé



Récidive / mortalité

N.B. : Relation plus marquée

- Non-fumeuses
- Poids normal au diagnostic

Poids et cancer du sein

- APRÈS le diagnostic chez les non-fumeuses
 - ↑ poids \pm 7.7 kg (17 lbs)
 - Risque de décès et de récurrence ↑ 50 %
vs
♀ ayant maintenu leur poids après diagnostic.



❖ De plus, à ne pas oublier :

↑ poids : indésirable...

- Qualité de vie
- HTA
- MCV
- DB

CHEZ LES ♀ POST-MÉNOPAUSÉES

Niveau de preuve	Diminution du risque	Augmentation du risque
Convincing/ concluant		Alcool Gras corporel
Probable	<i>Activités physiques</i>	Gain de poids à l'âge adulte
Limité		Lipides totaux

CHEZ LES ♀ PRÉ-MÉNOPAUSÉES

Niveau de preuve	Diminution du risque	Augmentation du risque
Convincing/ Concluant		Alcool
Probable	Gras corporel	
Limité	<i>Activités physiques</i>	

Activités physiques et cancer du sein

- ❖ ♀ pré-ménopausées:
 - évidence limitée que l'act.physique protège contre CA sein.

- ❖ ♀ post-ménopausées:
 - protection probable de l'act.physique contre CA sein.

Activités physiques et cancer du sein

- American Cancer Society
- 72 000 ♀ post-ménopausées
- Plus actives:
29% ↓ risque CA sein.
VS
Moins actives.

Activités physiques et cancer du sein

- NIH Diet and Health Study
- 120 000 ♀ post-ménopausées
- ↓ 29% risque CA sein
- Chez les ♀ qui font > 7hres
exercices/sem
(tels la marche)

Activités physiques et cancer du sein

❖ Après le diagnostic??

Activités physiques et cancer du sein

- ❖ Étude publiée en 2005
- ❖ 2987 ♀
- ❖ Diagnostic posé entre 1984-1998
- ❖ Suivi ad 2002

Activités physiques et cancer du sein

- ❖ Deux ans après diagnostic : questionnaire sur activités physiques / semaine.
- ❖ Activité la plus populaire → marche

Activités physiques et cancer du sein

❖ Résultats :

- Marche 3 à 5 heures/semaine → susceptible de ↓ risque de décès
- Pas de bénéfices supplémentaires avec plus d'activités
- 3 heures et + d'activités physiques/semaine → 92 % toujours vivantes après 10 ans
- < 1 heure/semaine → 86 %

Activités physiques et cancer du sein

- ❖ Étude publiée en 2008
- ❖ 933 ♀
- ❖ Dx entre 1995-98

Activités physiques et cancer du sein

Deux ans après dx:

- ❖ 2 à 3 hres marche/semaine
- ❖ ↓ 64% de décès
vs ♀ inactives

☺ Encourager femmes à maintenir
activités physiques

Activités physiques et cancer du sein

- ❖ Méta-analyse publiée 2010
- ❖ 6 études
- ❖ 12 108 ♀ avec CA sein

- ❖ Peu importe le niveau d'activités:
 - ↓ 34 % mortalité par CA sein

Ibrahim, EM. et al, Med Oncol. 2010

Lipides et cancer du sein

- ❖ Preuve limitée que la cns totale de lipides est une cause de CA sein chez ♀ post-ménopausées.

Alimentation après cancer du sein

- ❖ Femmes sont très motivées à améliorer habitudes alimentaires.
- ❖ Actuellement, bénéfices reliés aux chgts alimentaires après un CA sein sont +/- clairs.
- ❖ Contrôle du poids
- ❖ Activités physiques
- ❖ ROH
- ❖ Alimentation saine
- ❖ Chgts vie modifiables qui pourraient améliorer pronostic
- ❖ Comme taux de survie est très élevé, ces chgts de vie vont améliorer santé cardio-vasculaire.

Linos,E et al, Cur Oncol Rep 2007;99(1):31-41

Recommandations nutritionnelles

- ❖ Surveiller son poids
- ❖ Être active selon ses capacités
- ❖ Surveiller consommation d'alcool
- ❖ Phytoestrogènes à éviter en capsules et en poudre
- ❖ Phytoestrogènes dans l'alimentation
 - ❖ Prévention
 - ❖ Chez les survivantes
 - ❖ Découvertes futures...
- ❖ Calcium et vitamine D
- ❖ Fibres
- ❖ Surveiller son apport en lipides
- ❖ Choisir des lipides de qualité



➤ QUESTIONS ???

Phytoestrogènes et cancer du sein

- Nouvelle étude publiée déc 2009
- 5042 femmes asiatiques ayant eu cancer sein
- Suivi pendant 6 ans
- Étudier effet consommation isoflavones dans les aliments sur le risque de récurrence.

Phytoestrogènes et cancer du sein

- Conclusions:
- Les femmes qui consommaient **le plus** d'isoflavones de soya avaient **moins** de risque de récurrence...

Phytoestrogènes et cancer du sein

- La consommation de soya serait sécuritaire chez patientes ayant eu un cancer du sein.
- Consommation modérée de soya semble même bénéfique pour les femmes ayant eu un cancer du sein.

Phytoestrogènes et cancer du sein

- ATTENTION – ATTENTION-
- D'autres études sont nécessaires avant de changer notre discours... Le consensus est toujours en force...

Poids et cancer du sein

- Éviter de prendre du poids à l'âge adulte.
- Prendre 20 à 30 livres après l'âge de 18 ans augmenteraient les risques de développer un cancer du sein.

Lipides et cancer du sein Étude WINS

- 2 437 ♀ post-ménopausées
- Recrutement de 1994-2001
- À travers les USA
- Cancer stade I ou II
- Entre 48-79 ans
- Toutes ont eu une chirurgie

Lipides et cancer du sein

Étude WINS

➤ Deux groupes :

➤ 1^{er} groupe = 40 % (975 ♀)

➤ Diète ↓ M.G. (15-20 % AET)

➤ Counseling dtt intensif

➤ 8 rencontres individuelles à raison de 2 fois/semaine avec dt.p. au début de l'étude

➤ Suivi individuel aux 3 mois par la suite

Lipides et cancer du sein

Étude WINS

- 2^e groupe = 60 % (1 462 ♀)
 - Counseling dtt minime
 - Une visite initiale, visites suivantes à chaque 3 mois
 - Guide alimentaire USA

Lipides et cancer du sein Étude WINS

➤ Résultats:

Après 1 an:

Lipides et cancer du sein

Étude WINS

	Groupe d'intervention	Groupe contrôle
Apport en M.G. (g/jr) Au départ	57.3	56.3
Apport en M.G. (g/jr) Après 1 an	33.3	51.3

Lipides et cancer du sein Étude WINS

Résultats après 5 ans:

- Diète ↓ M.G. peut réduire le risque de récurrence du cancer du sein chez les ♀ post-ménopausées
- Risque de récurrence ↓ 25 %
- Effet plus marqué → R.H. -