

Consommation de boissons sucrées et risque de cancer

Dans un article à paraître le 11 juillet 2019 dans le British Medical Journal, des chercheurs de l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN / Inserm / Inra / Cnam / Université Paris 13) rapportent une augmentation du risque de cancer chez les consommateurs de boissons sucrées dans la cohorte NutriNet-Santé.

La consommation de boissons sucrées a augmenté dans le monde au cours des dernières décennies. Leur impact sur la santé cardiometabolique a fait l'objet de nombreuses études et est aujourd'hui bien établi. Cependant, leur association avec le risque de cancer a été moins étudiée : très peu d'études prospectives ont été menées sur l'association entre les boissons sucrées et le risque de cancer. Pourtant, ces boissons ont été associées au risque d'obésité, à son tour reconnu comme un facteur de risque important pour de nombreux cancers. Des mécanismes inflammatoires ou liés au stress oxydant pourraient aussi intervenir, ce indépendamment du lien avec la prise de poids.

Cette étude, publiée le 10 juillet 2019 dans le BMJ (British Medical Journal), visait à étudier les associations entre la consommation de boissons sucrées et le risque de survenue de cancer. Au total, **101 257 participants de la cohorte française NutriNet-Santé** (suivis entre 2009 et 2018) ont été inclus. La consommation alimentaire habituelle a été évaluée grâce à des enregistrements de 24h répétés (6 en moyenne par participant) portant sur plus de 3300 aliments différents (dont 109 types de boissons sucrées/édulcorées). Au cours du suivi, **la consommation de boissons sucrées s'est révélée être associée à un risque plus élevé de cancer** (2 193 cas sur 101 257 participants), et en particulier **de cancer du sein** (693 cas). Une augmentation de 100mL de **la consommation moyenne quotidienne de boissons sucrées était associée à une augmentation d'environ 18% du risque de cancer. Lors de sous-analyses, la consommation de jus de fruits 100% pur jus et celle de boissons sucrées hors jus de fruits étaient toutes deux associées à un risque plus élevé de cancer au global.** Les résultats des analyses suggèrent un rôle important du sucre dans les associations observées, qui par ailleurs, n'étaient pas uniquement expliquées par une prise de poids au cours suivi.

Cette étude étant observationnelle, un lien de cause à effet ne peut être établi pour les associations observées. Cependant, en plus du design prospectif, de l'effectif important de la population d'étude et de la précision des données alimentaires collectées, **les résultats tiennent compte d'un grand nombre de facteurs sociodémographiques et liés au mode de vie** dont l'âge, le sexe, le tabagisme, la consommation d'alcool, le niveau d'étude, l'activité physique ainsi que le statut pondéral, les comorbidités métaboliques, les antécédents familiaux. De plus, les résultats étaient robustes après un large spectre d'analyses de sensibilité complémentaires.

Ces données sont importantes dans un contexte de santé publique où la taxe soda est débattue au niveau national et international. **Elles supportent l'intérêt des recommandations nutritionnelles du Programme National Nutrition Santé (PNNS) qui visent à limiter la consommation de boissons sucrées, y compris les jus de fruits 100 %**, ainsi que des mesures politiques telles que des restrictions fiscales et commerciales visant les boissons sucrées. Cette étude a été réalisée par **l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle**, plus spécifiquement par **Eloi Chazelas** (Epidémiologiste, doctorant) et le **Dr Bernard Srour** (Epidémiologiste, doctorant) sous la direction du **Dr Mathilde Touvier** (Directrice de Recherche Inserm, directrice de l'équipe).

L'étude NutriNet-Santé

L'étude NutriNet-Santé est une étude de santé publique coordonnée par l'Equipe de Recherche en Epidémiologie Nutritionnelle (EREN, Inserm U1153 / Inra U1125 / Cnam / Université Paris 13), qui, grâce à l'engagement et à la fidélité de plus de 160 000 « Nutrinautes » fait avancer la recherche sur les liens entre la nutrition (alimentation, activité physique, état nutritionnel) et la santé. Lancée en 2009, l'étude a donné lieu à plus de 160 publications scientifiques internationales. A l'occasion des 10 ans de l'étude, **un appel au recrutement de nouveaux Nutrinautes est lancé** afin qu'ensemble, nous continuions de faire avancer la recherche sur les relations entre la nutrition et la santé. En consacrant quelques minutes par mois pour répondre, via Internet, sur la plateforme sécurisée

www.etude-nutrinet-sante.fr aux différents questionnaires relatifs à l'alimentation, l'activité physique et la santé, les participants contribuent à faire progresser les connaissances sur les relations entre l'alimentation et la santé. Par ce geste citoyen, chacun peut facilement devenir un acteur de la recherche et, en quelques clics, jouer un rôle important dans l'amélioration de la santé de tous et du bien-être des générations futures.

11 juillet 2019

Contact presse



Amélie Zanetti

01 53 01 82 77

06 33 59 34 18