



PRÉVENTION

RICHARD BÉLIVEAU DOCTEUR EN BIOCHIMIE | Collaboration spéciale

L'aspirine réduit les risques de récurrences de cancer du sein

Les personnes qui consomment régulièrement de l'aspirine ont une mortalité liée aux maladies cardiovasculaires et au cancer réduite de près de 20 %, comparativement à celles qui n'en consomment que rarement. Une étude récente suggère que l'aspirine pourrait aussi réduire considérablement les risques de récurrence chez les femmes qui ont été traitées pour un cancer du sein.

Plusieurs études récentes ont suggéré que les utilisateurs réguliers d'aspirine présentaient un risque moindre d'être touchés par certains cancers, en particulier le cancer colorectal ⁽¹⁾.

Cet effet protecteur semble lié à la propriété de l'aspirine d'inhiber la cyclo-oxygénase 2 (COX-2), une enzyme qui joue un rôle essentiel dans le développement et le maintien de l'inflammation. De telles conditions inflammatoires procurent un environnement idéal pour la croissance des cellules cancéreuses, car elles leur permettent d'acquiescer de nouvelles mutations qui favorisent leur croissance au sein du tissu enflammé.

L'inhibition de l'activité COX-2 par l'aspirine permet donc de réduire le degré d'inflammation des tissus et ainsi de rendre moins hospitalier le microenvironnement dans lequel résident les tumeurs.

CONTRE LES RÉCIDIVES

Des études ont montré que la COX-2 pourrait également participer au processus de métastases des cellules tumorales provenant de cancer du sein. Puisque ces métastases sont un des principaux facteurs responsables des récurrences de ce cancer, ces données soulèvent l'hypothèse que la consommation d'aspirine pourrait exercer un rôle positif chez les survivantes de cette maladie.

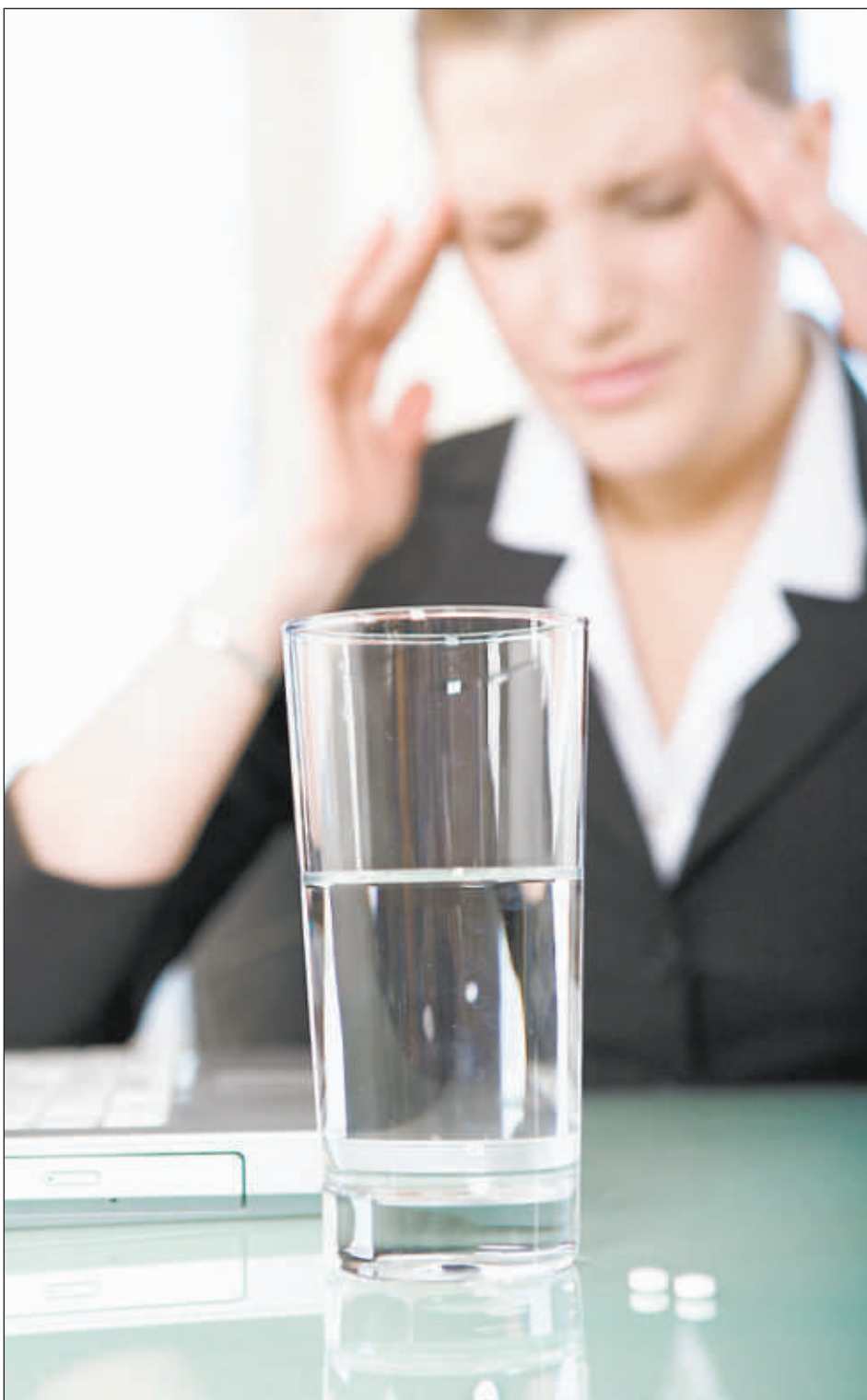
Pour examiner cette possibilité, des chercheurs de l'Université Harvard ont étudié la relation possible entre la prise régulière d'aspirine et le taux de survie de femmes ayant été atteintes d'un cancer du sein ⁽²⁾. En analysant en détail les dossiers médicaux de 4 164 infirmières atteintes de cette maladie, ils ont observé que celles qui consommaient régulièrement de l'aspirine présentaient une réduction du risque de récurrence et de mort prématurée absolument spectaculaire : par exemple, la prise d'aspirine de 2 à 5 jours par semaine était associée à une réduction de 71 % de la mortalité.

À des fréquences plus élevées (6 à 7 fois par semaine), l'aspirine a également des effets positifs, mais n'offre cependant pas d'amélioration supplémentaire pour la survie des patientes (64 % de réduction de la mortalité).

TRAITEMENTS CONVENTIONNELS

Ces observations ne signifient pas que l'aspirine peut remplacer les traitements conventionnels présentement utilisés pour le traitement du cancer du sein.

Bien au contraire ! Grâce aux multiples découvertes réalisées au cours des dernières années, ces traitements sont extrêmement adéquats et près de 90 % des femmes diagnostiquées avec un can-



■ La prise régulière d'aspirine permet d'augmenter considérablement le taux de survie des femmes ayant été atteintes d'un cancer du sein.

cer du sein sont encore en vie cinq ans après la détection de la maladie.

Cependant, le risque de récurrence de ce cancer demeure préoccupant longtemps après la fin des traitements, étant encore élevé 15 ans après le diagnostic.

En ce sens, même si elle demeure à être confirmée par d'autres études, l'observation que la prise régulière d'aspirine permet d'augmenter considérablement le taux de survie pourrait représenter une étape déterminante dans l'amélioration de notre efficacité à lutter contre cette maladie.

L'aspirine peut cependant avoir des

effets secondaires importants (notamment des saignements gastro-intestinaux) chez certaines personnes et les femmes en rémission d'un cancer du sein qui ne prennent jamais d'aspirine devraient donc consulter leur médecin traitant avant d'adopter ce médicament.

⁽¹⁾ Chan et coll. Aspirin Use and Survival After Diagnosis of Colorectal Cancer. *JAMA*, 2009; 302:649-58.

⁽²⁾ Holmes et coll. Aspirin intake and survival after breast cancer. *J. Clin. Oncol.* Publié en ligne le 18 février 2010.

RECETTE ANTICANCER

LAIT AUX BLEUETS ET AU GINGEMBRE

Le tofu soyeux a la consistance d'un flan. Il est souvent utilisé pour faire des mayonnaises et des crèmes pauvres en matières grasses. On le trouve dans les supermarchés et les magasins d'aliments naturels ainsi que dans les épiceries asiatiques.

800 ml	(3 1/3 tasses) de lait ou lait de soja nature
110 g	(3/4 tasse) de tofu soyeux
300 g	(2 tasses) de bleuets frais ou congelés
1 c. à s.	de gingembre frais, râpé
60 ml	(1/4 tasse) de sirop d'érable
1	poire, en gros morceaux (facultatif)
2 c. à s.	de germes de blé

1. À l'aide du mélangeur, battre le lait, le tofu, les bleuets, le gingembre et le sirop d'érable jusqu'à consistance homogène en augmentant graduellement la vitesse.
2. Verser dans des verres dont le bord aura été préalablement givré avec du jus de citron et du sucre de canne.
3. Enfiler les morceaux de poire sur 4 brochettes en bois. Tourner les brochettes dans une assiette contenant les germes de blé en enrobant les poires uniformément. Servir chaque verre avec une brochette (facultatif).

4 PORTIONS

TEMPS DE PRÉPARATION : 20 MINUTES

DIFFICULTÉ : FACILE

Steve McCandless, artisan propriétaire du Clocher penché Bistro à Québec



Tiré du livre :