

Le cancer

UN PROBLÈME DE TAILLE

Une analyse de grande envergure confirme que le surpoids corporel représente un important facteur de risque de plusieurs types de cancers.

Au cours des 30 dernières années, le nombre de personnes en surpoids a augmenté de façon phénoménale, avec près des deux tiers des Canadiens qui font actuellement de l'embonpoint (IMC > 25) ou qui sont obèses (IMC > 30). Il s'agit malheureusement d'une «tendance lourde», car le nombre d'enfants et d'adolescents en surpoids est également en forte hausse et la grande majorité de ces jeunes conserveront leur excédent de poids une fois parvenus à l'âge adulte.

Plusieurs observations indiquent que c'est principalement la surconsommation d'aliments industriels hypertransformés qui est responsable de cette augmentation du poids corporel. Ces produits contiennent des quantités astronomiques de sucre et de gras, et leur consommation entraîne un surplus calorique qui excède nos besoins énergétiques et qui est converti en graisse. On assiste d'ailleurs en temps réel à l'impact de ces aliments sur la masse corporelle: tous les pays, sans exception, qui ont adopté au cours des dernières années ces nouvelles habitudes alimentaires doivent composer avec une plus grande proportion d'obèses.

«ALLERGIQUE» AU GRAS!

Une conséquence immédiate de l'épidémie d'obésité qui déferle actuellement sur la planète, tant dans les pays riches que dans ceux qui sont pauvres, est l'augmentation radicale de plusieurs maladies associées au surpoids. L'excès de graisse n'est pas un état normal et il est interprété par les cellules du système immunitaire comme une menace que le corps doit combattre. Lorsque le tissu graisseux est surchargé de gras, il agit comme un véritable aimant qui attire certaines classes de cellules immunitaires, en particulier les macrophages, qui produisent alors des niveaux importants de facteurs inflammatoires. Notre immunité réagit donc de façon excessive au surpoids, un peu comme si nous étions «allergiques» au gras! La création d'un climat inflammatoire a évidemment d'importantes répercussions sur l'équilibre homéostatique du corps et elle est associée à une hausse spectaculaire du risque de plusieurs maladies, comme le diabète de type 2, les maladies cardiovasculaires et une foule de désordres comme la goutte, l'apnée du sommeil ou les maladies du foie.

OBÉSITÉ ET CANCER

L'augmentation de molécules inflammatoires associée à l'excès de graisse instaure également des conditions favorables à l'apparition de mutations

dans le matériel génétique des cellules. Plusieurs études indiquent d'ailleurs que le surpoids est associé à divers types de cancers¹, ce qui amène certains spécialistes à proposer que l'obésité puisse devenir, au cours des prochaines années, le principal facteur de risque de cette maladie, devant même le tabagisme.

Pour étudier plus en détail ce phénomène, des chercheurs britanniques ont examiné le lien existant entre l'incidence des 22 principaux types de cancer et le poids corporel chez plus de cinq millions de personnes, ce qui représente la plus grande cohorte jamais étudiée. Ils ont observé que l'indice de masse corporelle augmentait le risque de 17 cancers différents, cette hausse étant particulièrement importante pour les cancers de l'utérus (62%), de la vésicule biliaire (31%) et du rein (25%). Le poids corporel augmente aussi le risque du cancer du foie (19%), du côlon (10%), de l'ovaire (9%) et du sein (5%), mais ces hausses montrent plus de variations interindividuelles. Dans l'ensemble, les auteurs estiment que 41% des cancers de l'utérus et au moins 10% des cancers de la vésicule biliaire, du rein, du foie et du côlon sont directement causés par l'excès de poids.

On peut se féliciter, avec raison, de la baisse significative du tabagisme au cours des dernières décennies. Les observations de la présente étude doivent cependant nous faire réaliser que l'augmentation de l'obésité pourrait à elle seule contrecarrer les bienfaits qui découlent de la diminution du nombre de fumeurs. Il faut donc absolument éviter de répéter l'erreur commise en réponse au tabac et réagir rapidement, avant que les dommages causés par l'obésité n'atteignent des proportions démesurées.

1 Williams S.C.P. Link between obesity and cancer. Proc Natl Acad Sci USA, 2013; 110: 8753-54.

2 Bhaskaran K et coll. Body-mass index and risk of 22 specific cancers: a population-based cohort study of 5.24 million UK adults. Lancet, publié en ligne le 13 août 2014.



PHOTO FOTOLIA

Richard Béliveau

Docteur en biochimie
Collaboration spéciale



450-Implant
1 800 263-DENT
lucchause@me.com

DR LUC CHAUSSE
dentiste généraliste

ALL-ON-4*
mandibulaire
40%
MOINS CHER!

**PERDU VOS DENTS? RETROUVEZ LE SOURIRE!
GRÂCE AUX IMPLANTS DENTAIRE!**

Pour vos implants dentaires, fiez-vous à nos
20 années de succès clinique.
drlucchause.com

S'adresse aux personnes ayant perdu ou allant perdre leurs dents à la mandibule inférieure. Coût régulier du concept de traitement All-on-4, \$24 000, coût réduit 14 400\$. Valable pour 2014. All-on-4* est une marque de commerce de Nobel Biocare Services AG.

Examen et tomographie sans frais. Traitements déductibles d'impôt. Financement disponible.



JDM1842881

Vous trouvez le contenu de cette chronique utile? Faites un don à www.richardbeliveau.org pour supporter nos recherches.

Vous trouvez le contenu de cette chronique utile? Faites un don à www.richardbeliveau.org pour supporter nos recherches.