

PHOTO ADOBE STOCK



Les boissons trop chaudes **AUGMENTENT LE RISQUE DE CANCER DE L'ŒSOPHAGE**

Une étude iranienne rapporte que la consommation de boissons à une température trop élevée augmente d'environ deux fois le risque de développer un cancer de l'œsophage.

AGRESSION THERMIQUE

Les boissons très chaudes ont été classifiées comme des agents cancérogènes du groupe 2A (probablement cancérogènes pour les humains) par le Centre international de recherche sur le cancer en 2016. Cette classification provient de résultats d'études observationnelles montrant que les personnes qui consomment régulièrement des boissons à des températures élevées ont un risque très supérieur à la normale de développer un cancer de l'œsophage. Par exemple, dans la province du Golestan au nord-est de l'Iran, les habitants consomment traditionnellement le thé sous une forme brûlante et présentent une des plus fortes incidences au monde de carcinome épidermoïde de l'œsophage, la forme la plus fréquente de cancer touchant cet organe. Un constat similaire a été fait en Amérique du Sud, où la consommation de maté (une boisson stimulante riche en caféine) sous forme très chaude est très courante, de même qu'en Afrique orientale (au Kenya, par exemple) où le thé est traditionnellement consommé brûlant (jusqu'à 72 °C), et ce, même durant l'enfance⁽¹⁾.

Le lien entre les boissons très chaudes et le cancer de l'œso-

phage est cohérent, car les carcinomes épidermoïdes proviennent de la couche de cellules qui tapissent la paroi de l'œsophage (l'épithélium), et il est donc probable que la brûlure répétée de ces cellules par les liquides très chauds crée des conditions inflammatoires qui augmentent le risque de mutations dans l'ADN des cellules et déclenchent le développement du cancer. Le remplacement constant des cellules endommagées par l'agression thermique augmente également la probabilité d'erreurs dans la copie de l'ADN, ce qui pourrait contribuer à la hausse du risque de cancer.

PLUS DE 60 °C, PLUS DE RISQUE

Une des limitations des études réalisées jusqu'à présent sur le lien entre les boissons très chaudes et le risque de cancer de l'œsophage est que la température des liquides consommés était subjective, c'est-à-dire que les participants la décrivaient comme « brûlante », « chaude » ou « tiède », mais sans réellement connaître la température exacte des boissons.

Pour remédier à cette ambiguïté, une équipe de chercheurs iraniens a entrepris une étude prospective destinée à examiner les habitudes de consommation de thé par 50 045 habitants du Golestan (la région d'Iran où l'incidence des cancers de l'œsophage est très élevée)⁽²⁾. Au début de l'étude, les chercheurs ont déterminé pour chaque participant la température habituelle à laquelle il consommait le thé, de même que le temps moyen entre

l'infusion avec l'eau bouillante et le début de la consommation. Les participants ont été par la suite contactés à intervalles réguliers en personne ou par téléphone pendant une période de 10 ans pour faire le suivi de leur consommation. Au cours de cette période, 328 cancers de l'œsophage ont été diagnostiqués, avec 96 % d'entre eux qui étaient des carcinomes épidermoïdes.

En examinant le lien entre ces cancers et les habitudes de consommation de thé, les chercheurs ont observé une hausse importante du risque (1,5 fois) chez les personnes qui le consommaient à une température supérieure à 60 °C, de même que chez celles qui le buvaient plus rapidement après l'infusion. En mesurant de façon objective la température des boissons consommées, ces résultats renforcent donc le lien existant entre les boissons très chaudes et le cancer de l'œsophage et suggèrent donc fortement que les amateurs de thé et de café ont tout avantage à laisser refroidir quelque peu leur boisson avant de la consommer.

ALCOOL ET TABAC

Cet impact négatif des boissons très chaudes peut être considérablement aggravé chez les personnes qui boivent régulièrement de l'alcool ainsi que chez celles qui fument. Par exemple, une étude chinoise a montré que la consommation de plus de 15 g d'alcool par jour (ce qui correspond à environ 1 verre) augmente de 5 fois le risque de cancer de l'œsophage associé aux boissons brûlantes, tandis que

cette hausse est de 2 fois chez les fumeurs réguliers⁽³⁾.

Dans l'ensemble, ces observations indiquent que le développement du cancer de l'œsophage est fortement influencé par des agresseurs physiques comme les liquides à haute température, l'alcool et le tabac, et il va de soi que réduire l'exposition à ces substances est primordial pour la prévention de ce cancer. Une précaution d'autant plus importante que plus de la moitié des cellules qui tapissent la paroi de l'œsophage atteignent un stade précancéreux au cours du processus normal du vieillissement⁽⁴⁾ et sont donc forcément plus susceptibles d'évoluer en cancer mature en cas d'attaques répétées par les agents cancérogènes.

(1) Munishi MO et coll. Africa's oesophageal cancer corridor: do hot beverages contribute? *Cancer Causes Control* 2015; 26: 1477-1486.

(2) Islami F et coll. A prospective study of tea drinking temperature and risk of esophageal squamous cell carcinoma. *Int. J. Cancer.*, publié en ligne le 20 mars 2019.

(3) Yu C et coll. Hot tea consumption and its interactions with alcohol and tobacco use on the risk for esophageal cancer: a population-based cohort study. *Ann. Intern. Med.* 2018; 168: 489-497.

(4) Martincorena I et coll. Somatic mutant clones colonize the human esophagus with age. *Science* 2018; 362: 911-917.

Richard
Béliveau

Docteur en biochimie
Collaboration spéciale

