



Sous le haut patronage et en présence du président de la République
1^{re} convention de la société face au cancer
Ligue contre le cancer

dimanche 23 novembre 2008 à la Grande Arche de la Défense

Idées reçues ou vérités ?

Le cancer véhicule quantité d'idées reçues.

Comme le souligne le sondage « les Français face au cancer » réalisé par l'Ifop pour la Ligue contre le cancer sur la perception des Français face à la maladie, nombre de croyances restent ancrées dans les esprits.

La sélection des thèmes ci-dessous a pour objectif de pointer les questions les plus fréquentes et les fantasmes encore persistants autour du cancer.

En préambule à la 1^{re} convention de la société face au cancer qui vise à créer un nouveau lien entre les Français et la maladie, ces questions sont l'occasion de mettre en garde contre les idées reçues et de tordre le cou aux affirmations péremptoires sur la maladie.

Les causes pathogènes du cancer

Le saviez-vous ?

- Le cancer est contagieux

Faux - Le cancer est lié à l'accumulation de lésions que l'on appelle mutations de certains gènes et qui se produisent sous l'effet de une ou plusieurs causes conjointes. Ces lésions précèdent de plusieurs années le développement du cancer. Les cellules ainsi transformées ne se transmettent pas spontanément d'une personne à une autre.

- Le cancer est héréditaire

Faux - Les cancers ne sont pas héréditaires. Cependant, les gènes de prédisposition peuvent jouer un rôle favorisant dans certains cancers tel que le cancer du sein, certains cancers gynécologiques ou encore le cancer du côlon.

- Le cancer est une maladie virale

Vrai et faux - La théorie virale des cancers n'a, jusqu'ici été retenue que dans environ 15 % des cancers humains.

- Le cancer peut être dû à un stress ou à une dépression

Faux - L'influence du stress sur l'apparition des cancers n'a jamais pu être prouvée.

- Le cancer peut être initié par une infection

Vrai dans certains cas très précis. Il peut arriver que certains cancers se développent à partir d'une lésion bénigne qui est elle-même d'origine infectieuse : c'est le cas du cancer du col de l'utérus qui se développe à partir d'une lésion bénigne (condylome) dont les cellules sont infectées par un virus, le Papilloma Virus Humain (HPV).

- Un traumatisme peut causer un cancer

Faux - Il peut arriver qu'un traumatisme tel une chute ou un coup révèle l'existence d'une tumeur sous-jacente jusque-là silencieuse mais il n'en est pas la cause.

- L'excès de poids accroît le risque de cancer

Vrai - L'excès de poids constitue un facteur de risque non négligeable. Ainsi chez les femmes ménopausées, la fréquence des cancers du sein et de l'endomètre est sensiblement supérieure quand il y a excès de poids.

L'environnement

Le saviez-vous ?

- La pollution a un rôle cancérigène

Vrai - Certains polluants atmosphériques ou alimentaires sont à l'origine de cancers mais en dehors des expositions professionnelles ils sont à l'origine de peu de cas (< 2%).

Le problème majeur est représenté par la fumée de tabac dans l'air ambiant qui a été reconnue comme cancérigène pour l'homme par le centre international de recherche sur le cancer (CIRC).

- Les moteurs diesel sont un facteur d'apparition du cancer

Vrai - Bien que ce risque soit très faible, de nouvelles normes européennes anti-pollution ont été définies avec un abaissement progressif du taux de particules toléré pour les nouveaux véhicules diesel.

- Les cancers de la peau sont imputables à une surexposition au soleil

Vrai - Une exposition excessive au soleil (ultraviolets) est responsable d'une grande partie des cancers cutanés.

- L'exposition au soleil dans l'enfance augmente les risques de cancer de la peau

Vrai - La peau d'un enfant est plus fine, plus sensible et donc moins protégée contre la pénétration des ultraviolets. On a montré que les coups de soleil répétés au cours de l'enfance, témoins d'une exposition importante, sont retrouvés chez les sujets atteints de cancers cutanés de type basocellulaire et de mélanomes.

- Le téléphone portable expose à certains cancers

Faux - Le lien direct de cause à effet n'est pas établi.

- Le four à micro-ondes peut favoriser l'apparition de cancer

Faux - L'existence d'effets cancérigènes causés par les ondes des fours micro-ondes présentes dans notre environnement n'a pas été établie.

- Il existe un risque de vivre à la proximité des poteaux électriques à haute tension

Vrai - En cas d'exposition intense, de type professionnel, certaines études suggèrent un lien entre l'exposition aux champs électromagnétiques et une augmentation des risques de survenue de certains cancers. En l'absence de certitudes, et en raison du principe de précaution, des mesures ont été prises afin de fixer des périmètres de sécurité autour des antennes et de limiter les taux d'exposition aux radio-fréquences.

L'alimentation

Le saviez-vous ?

- Il existe des aliments qui protègent contre le cancer

Vrai – Plusieurs études épidémiologiques montrent un effet protecteur d'un régime équilibré donc riche en légumes et en fruits. Un tel régime évite le surpoids et l'obésité qui sont des facteurs de risque pour de nombreux cancers.

- Certains aliments provoquent le cancer

Faux – Dans nos pays, il n'existe pas d'aliment qui puisse être directement incriminé dans la survenue d'un cancer. En revanche, une consommation excessive de viande (cancer de l'intestin), de sel (cancer de l'estomac) ou d'alcool (cancer ORL, de l'estomac, du sein) est susceptible d'en favoriser l'émergence.

- Les légumes crus protègent mieux contre le cancer que les légumes cuits

Faux – La cuisson fait effectivement perdre aux légumes une partie des nutriments qu'ils contiennent. Mais la cuisson permet l'absorption de certaines de ces substances qui se digèrent mieux. Résultat : les minéraux et vitamines sont mieux assimilés par l'organisme. Il faut donc consommer des légumes cuits et crus.

- Le thé vert protège du cancer

Vrai – Il est vrai que le thé vert contient en assez forte quantité une substance appelée catéchine qui a la propriété de bloquer la croissance des cellules cancéreuses et leur aptitude à se disséminer. Jusqu'alors nous ne disposons que d'arguments expérimentaux.

- Le bêta-carotène protège du cancer

Faux - Le bêta-carotène est naturellement présent dans certains aliments. Pendant des années, nous avons cru trouver dans le bêta-carotène un moyen de se prémunir contre le cancer du poumon mais aucune des études menées n'a pu mettre en évidence un tel bénéfice.

- Les compléments alimentaires et les vitamines renforcent la protection de l'organisme contre le cancer

Faux – Aucune étude n'a pu démontrer clairement et définitivement un effet de ces compléments sur la prévention des cancers sauf dans des cas très particuliers de populations gravement carencées dans des pays du tiers-monde.

- L'alcool est un facteur de risque

Vrai – La consommation d'alcool constitue le principal facteur alimentaire de risque de cancer en France ainsi que dans beaucoup d'autres pays. Il est notamment mis en cause dans les cancers de l'œsophage et du pharynx en particulier lorsqu'il est associé au tabac.

Les agents chimiques

Le saviez-vous ?

- Le tabac est un facteur de risque uniquement pour les cancers du poumon

Faux – Il participe également au déclenchement de certains cancers de la bouche, de la gorge, de l'estomac, de la vessie et même du col utérin.

- Les OGM sont cancérigènes

Faux - À l'heure actuelle aucun effet cancérigène des OGM n'est démontré chez l'homme.

- Les déodorants antisudoraux présentent un risque

Faux - Aucune étude sérieuse n'a pu montrer à ce jour le risque cancérigène de ces produits.

- L'exposition au DDT (insecticide) favorise le cancer

Vrai - Les pesticides utilisés pour des terres labourables favoriseraient les cancers du pancréas et du rein tandis que ceux utilisés dans les vignes favoriseraient les cancers de la vessie et du cerveau.

- Les goudrons issus des marées noires sont cancérigènes

Vrai - Si les risques cancérigènes de certains goudrons (y compris ceux contenus dans les cigarettes) sont bien connus, nous savons toutefois qu'ils ne se manifestent qu'après une exposition prolongée comme nous le constatons dans certains cancers professionnels dus à un contact quotidien et durable avec ce toxique. Avoir ramassé du goudron pendant quelques jours ne peut entraîner que des lésions minimales de type allergique ou d'irritation.

- Les éthers de glycol sont dangereux

Vrai - Les éthers de glycol sont des molécules solubles dans l'eau et aussi dans les graisses qui étaient présentes dans des peintures, vernis et colles. Un effet cancérigène sur le poumon a été rapporté en milieu professionnel (résine).