

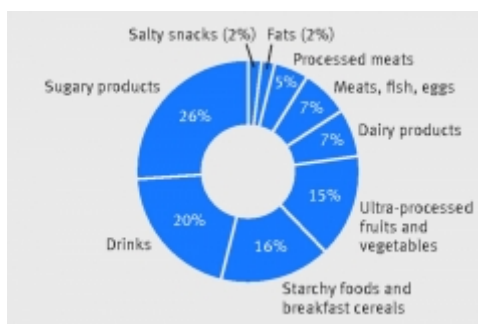
# À partir de la cohorte NutriNetSanté, une étude éclaire les liens entre consommation de produits ultra-transformés et risques de cancers

13 mars 2018

Publié dans *The BMJ* en février 2018, un article présente les résultats d'une étude épidémiologique évaluant, pour la première fois, l'association entre consommation de produits ultra-transformés et risques de cancers. Constituant l'une des quatre catégories de la [classification NOVA](#) (classification des produits selon leur degré de transformation), ces produits (snacks salés ou sucrés, desserts industriels, sodas, *nuggets* de poulet ou de poisson, soupes instantanées, etc.), représentent une part croissante dans les régimes alimentaires des pays développés (de 25 à 50 % des apports énergétiques journaliers totaux). Un champ d'étude s'est récemment développé sur leurs effets potentiels sur la santé.

Les auteurs se sont appuyés sur les données de consommation alimentaire, détaillées et actualisées, de participants de la cohorte française NutriNetSanté (lancée en 2009), croisées avec des informations issues des bases de données de l'assurance maladie et sur les causes médicales des décès (CépiDC). Près de 105 000 participants (78 % de femmes, moyenne d'âge de 43 ans) ont été intégrés dans l'étude. Les produits ultra-transformés représentent environ 19 % de leur consommation alimentaire globale, le schéma ci-dessous détaillant la contribution de chaque groupe de denrées. Les individus utilisant le plus ces produits sont plus jeunes, fumeurs réguliers, de niveaux d'éducation et d'activité physique moins élevés, et ont une famille comptant moins de cas de cancers que la moyenne ; ils se distinguent également par une consommation plus forte en énergie, lipides, glucides et sel, et moins importante en alcool.

**Contribution relative de chaque groupe de produits à la consommation de produits ultra-transformés**



Source : *The BMJ*

Par ailleurs, il apparaît qu'une augmentation de 10 % de la proportion des produits ultra-transformés dans le régime alimentaire est associée à une hausse significative de 12 % des risques de cancers en général et de 11 % des risques de cancer du sein. Les auteurs avancent plusieurs hypothèses pour expliquer ces résultats et soulignent différentes limites de leurs travaux (proportion importante de femmes, recul de quelques années seulement, etc.) : ils appellent ainsi à les confirmer par des études portant sur d'autres populations et contextes, et visant à mieux comprendre

les effets de la composition nutritionnelle, des additifs alimentaires, des matériaux en contact, et des contaminants néoformés. *In fine*, pour contribuer à la prévention des cancers primaires, et s'appuyant sur le « principe de précaution », ils invitent à mettre en place des politiques publiques axées sur la reformulation, la taxation et la restriction du marketing des produits ultra-transformés, ainsi que sur la promotion des produits frais ou peu transformés.

Julia Gassie, Centre d'études et de prospective

Source : [The BMJ](#)