

Que sait-on des liens entre consommation de produits laitiers et cancer ?

À l'occasion de Movember, mois de sensibilisation à la santé masculine, le Réseau NACRe s'intéresse aux liens entre la consommation de produits laitiers et le cancer, dont celui de la prostate.

Les résultats de 21 méta-analyses, 3 études de cohortes et 3 rapports d'expertise ont été analysés pour faire le point sur ces liens. Les niveaux de preuve les plus solides, basés sur les données scientifiques validées, portent sur la diminution du risque de cancer colorectal associée à la consommation de produits laitiers. Concernant le cancer de la prostate, les expertises collectives ont suggéré une augmentation du risque associée à une consommation au-delà des recommandations (ci-dessous).

Focus sur le lien entre consommation de produits laitiers et risque de cancers

Les niveaux de preuve les plus solides, basés sur les données scientifiques validées, portent sur la diminution du risque de cancer colorectal associée à la consommation de produits laitiers, quelle que soit leur teneur en matières grasses. Les expertises collectives et les études scientifiques récentes suggèrent un lien entre la consommation de produits laitiers et la diminution du risque de cancer du sein et de la vessie.

Pour le cancer de l'ovaire, les études récentes suggèrent une diminution de risque associée à une consommation modérée de lait demi-écrémé et de fromage, et une augmentation du risque associée à la consommation de lait entier au-delà des recommandations de Santé publique France : 2 portions de produits laitiers par jour pour les adultes en bonne santé ; 3 à 4 portions par jour pour les enfants et personnes âgées. Concernant le cancer de la prostate, les expertises collectives ont suggéré une augmentation du risque associée à une consommation au-delà de ces recommandations, mais de nouvelles études sont nécessaires pour consolider les niveaux de preuve.

Qu'en est-il pendant et après la maladie cancéreuse ?

Il n'existe pas de recommandation spécifique à ce propos. Toutefois, les produits laitiers sont une bonne source de protéines, et sont faciles et agréables à consommer, surtout chez les personnes ayant des difficultés orales ou digestives, ou à risque de dénutrition. Après les traitements anti-cancéreux, les recommandations de Santé publique France en population générale ci-dessus restent valables.

Le Réseau NACRe se mobilise

À l'occasion de son dernier numéro « Décrypter & Comprendre : produits laitiers et cancer », le Réseau NACRe fait le point sur ce sujet important, pour mieux informer le public, les patients et les professionnels de la santé et de la prévention, sur les potentiels liens entre consommation de produits laitiers et cancers, au travers :

- D'une [vidéo](#) détaillée
- D'un [dépliant vulgarisé](#)
- D'une [page web d'information dédiée](#)

Ce numéro se rajoute aux autres épisodes « Décrypter & Comprendre » dédiés au thé vert, au soja, et au sucre.

À propos du Réseau NACRe

Le Réseau NACRe (<http://www.reseanacre.eu> ; nacre@inrae.fr) fédère depuis 2000 les équipes de recherche publiques en France et ailleurs en Europe, travaillant sur la nutrition, l'activité physique et le cancer, permettant une expertise collective novatrice et solide. Reconnu et soutenu depuis sa création par INRAE et l'Institut National du Cancer, le Réseau s'inscrit dans une démarche d'utilité aux publics et d'accès aux savoirs pour tous, en diffusant les messages validés et fiables auprès de ses publics.

Contact presse :

M. Alan Villemain, chargé de communication NACRe – alan.villemain@inrae.fr ; 06.61.35.09.86

Contact chercheur :

Dr Vanessa Cottet – Maîtresse de conférences – Praticienne Hospitalière, INSERM U1231/CIC1432, CHU Dijon, Université Bourgogne Europe - Vanessa.Cottet@u-bourgogne.fr ; numéro de téléphone fourni sur demande.