



## Boissons sucrées et cancer

### *Etude*

*Sugary drink consumption and risk of cancer : results from NutriNet-Santé prospective cohort. BMJ, 2019 ; 365 : 12408.*

### *Résumé*

**Dans une vaste étude prospective, la consommation de boissons sucrées, incluant les jus de fruits, est associée à une augmentation du risque de cancer et, plus particulièrement, du cancer du sein.**

Au cours de ces dernières décennies, la consommation de boissons sucrées a augmenté. Leur impact sur la santé cardiometabolique est aujourd'hui bien établi. Par contre, l'association entre ces boissons sucrées et le risque de cancer a été beaucoup moins étudié même si ces consommations sont reliées au risque d'obésité, facteur de risque reconnu pour de nombreux cancers. Par ailleurs, l'insulino-résistance provoquée par l'index glycémique élevé de ces boissons est reliée à différents types de cancers. Enfin, des mécanismes inflammatoires ou liés au stress oxydant pourraient également intervenir.

Cette étude a inclus un total de 101 257 participants de la cohorte française NutriNet-Santé (suivis entre 2009 et 2018). Leur consommation alimentaire habituelle est évaluée par des enregistrements répétés de 24 heures (en moyenne 6 par participant) qui portent sur plus de 3 300 aliments différents dont 109 types de boissons sucrées ou édulcorées.

La consommation de boissons sucrées est associée à un risque plus élevé de cancers : 2193 cas sur 101 257 et, en particuliers de cancers du sein : 693 cas. Les résultats montrent une augmentation de 30 % du diagnostic de tous les cancers dans le groupe consommant le plus de boissons sucrées par rapport à celui qui en consomme le moins. Une augmentation de la consommation moyenne quotidienne de boissons sucrées de 100 ml est associée à une élévation de près de 18 % du risque de cancer. Cette dose correspond à un petit verre ou au tiers d'une cannette standard.

Dans des sous-analyses, la consommation de jus de fruits 100% pur jus et celle de boissons sucrées hors jus de fruits étaient toutes deux associées à un risque plus élevé de cancer. Les résultats des analyses suggèrent que le sucre joue un rôle important dans les associations observées. Ce rôle n'est pas uniquement expliqué par une prise de poids au cours du suivi. Par contre, aucun lien n'a été détecté entre la consommation de boissons artificiellement sucrées et le risque de cancer.

Comme cette étude est observationnelle, un lien de cause à effet ne peut cependant pas être établi pour les associations qui ont été observées.