

La prévention du cancer ... Quelques messages clés

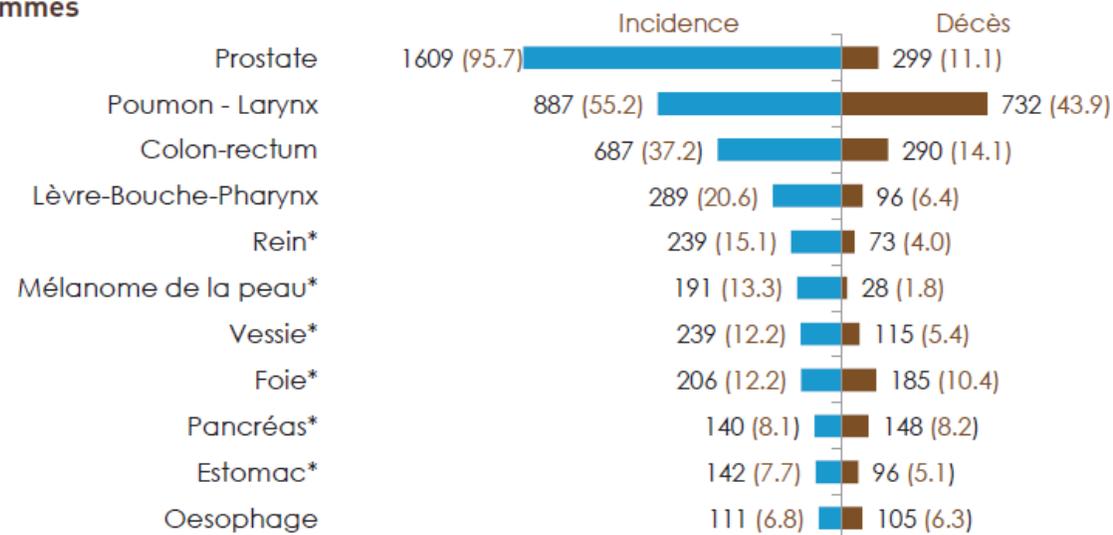
Matinée parcours "sein" ONCOBFC
Aurélie Bertaut 03/05/2023

Les chiffres du cancer en France

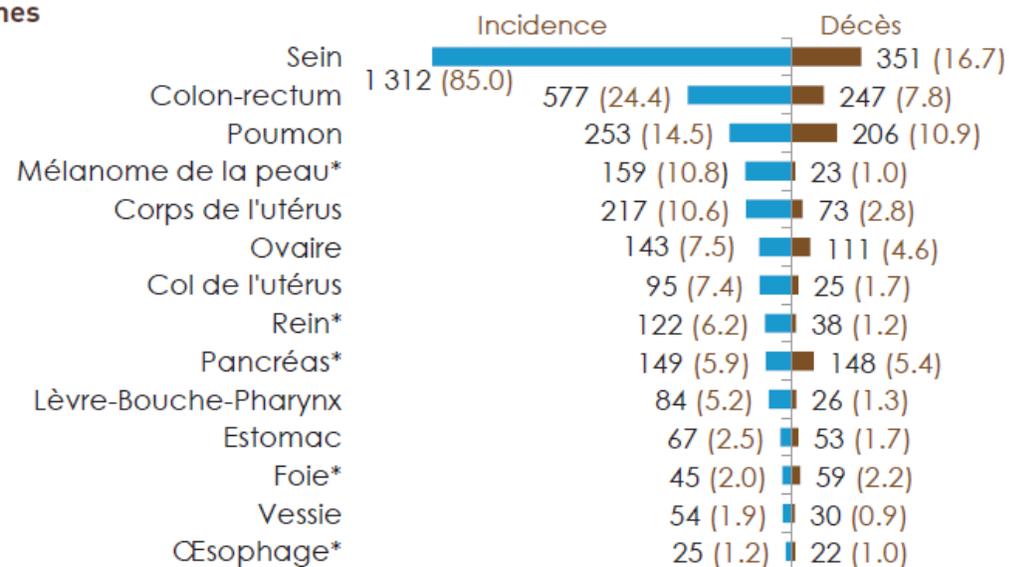
- 382 000 nouveaux cas en France en 2018
 - 54% chez les hommes
 - 46% chez les femmes
- 157 400 décès
 - 56% chez l'homme
 - 44% chez la femme
- 1^{ère} cause de décès (28,4%) devant les maladies cardiovasculaires (26,4%)
- 70 % des décès par cancer surviennent chez les personnes âgées de plus de 65 ans

Incidence et mortalité pour les principaux sites d'atteintes cancéreuses

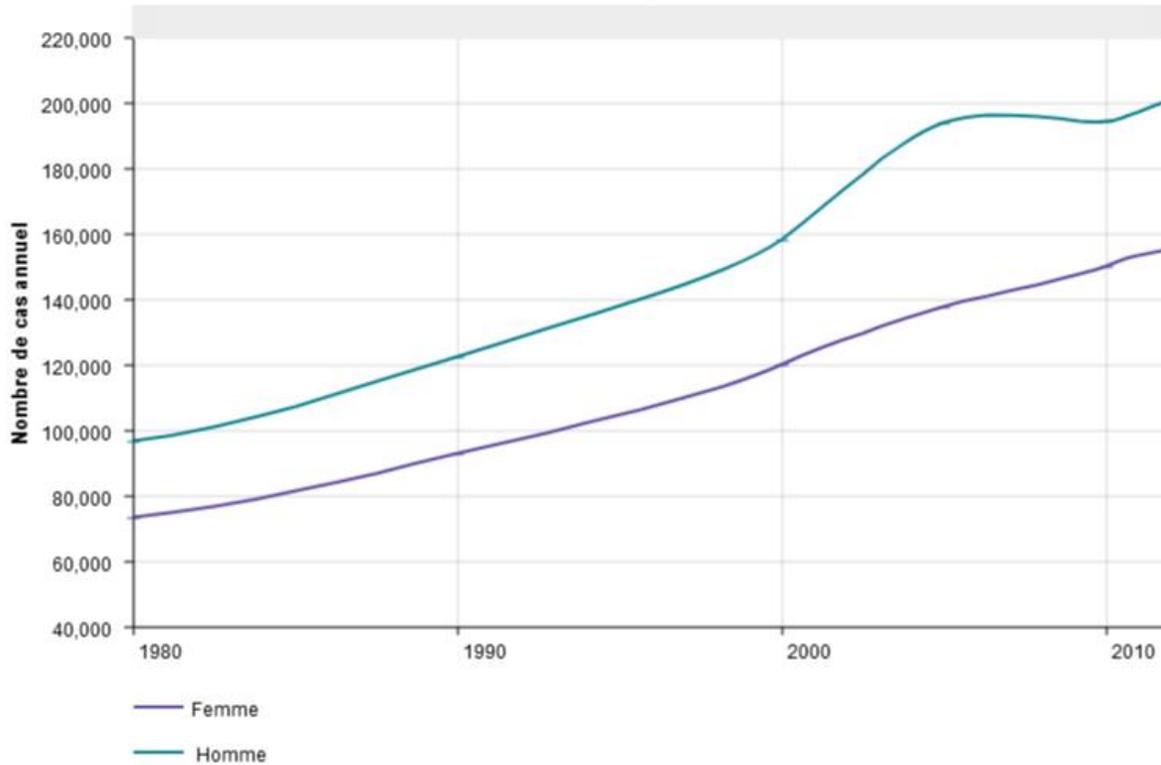
Chez les hommes



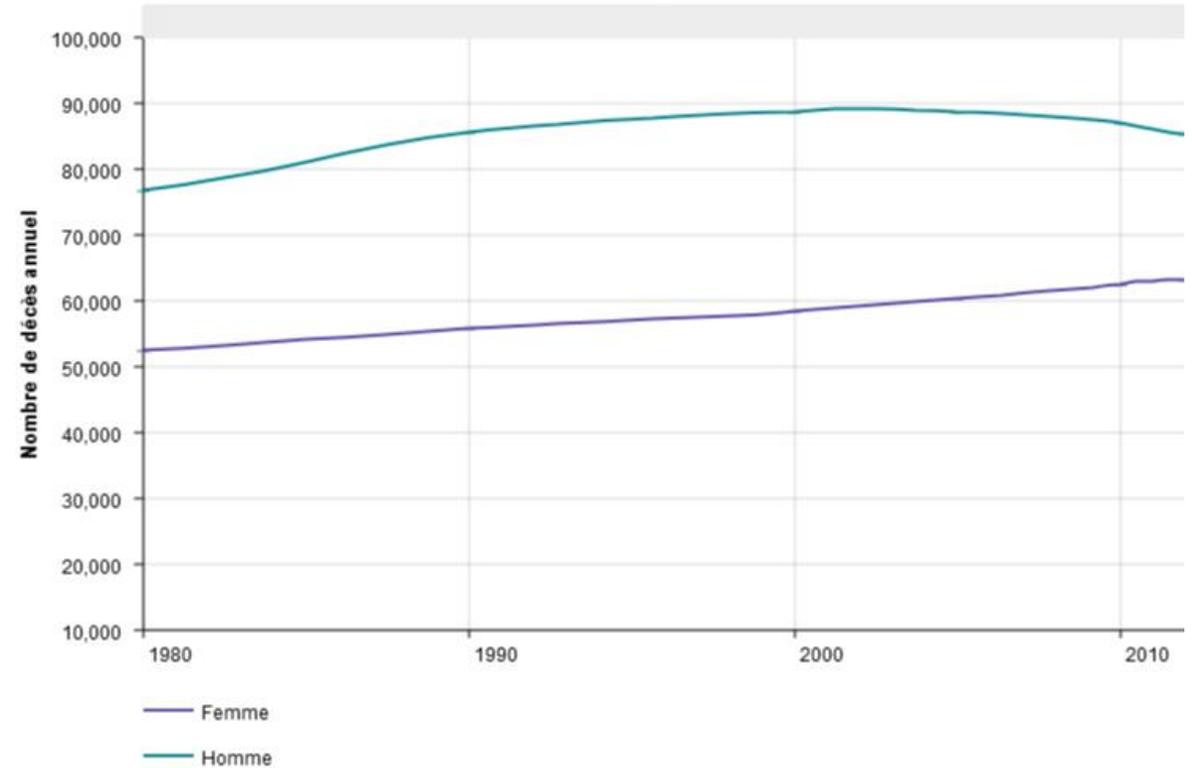
Chez les femmes



Evolution de l'incidence estimée de l'ensemble des cancers selon le sexe de 1980 à 2012 - Nombre de cas



Evolution de la mortalité estimée pour l'ensemble des cancers selon le sexe de 1980 à 2012 - Nombre de décès



↗ nombre de cancers ?

- Vieillessement de la population
- Dépistage
- Comportements individuels

→ mortalité

Prévenir le cancer est ce
possible?

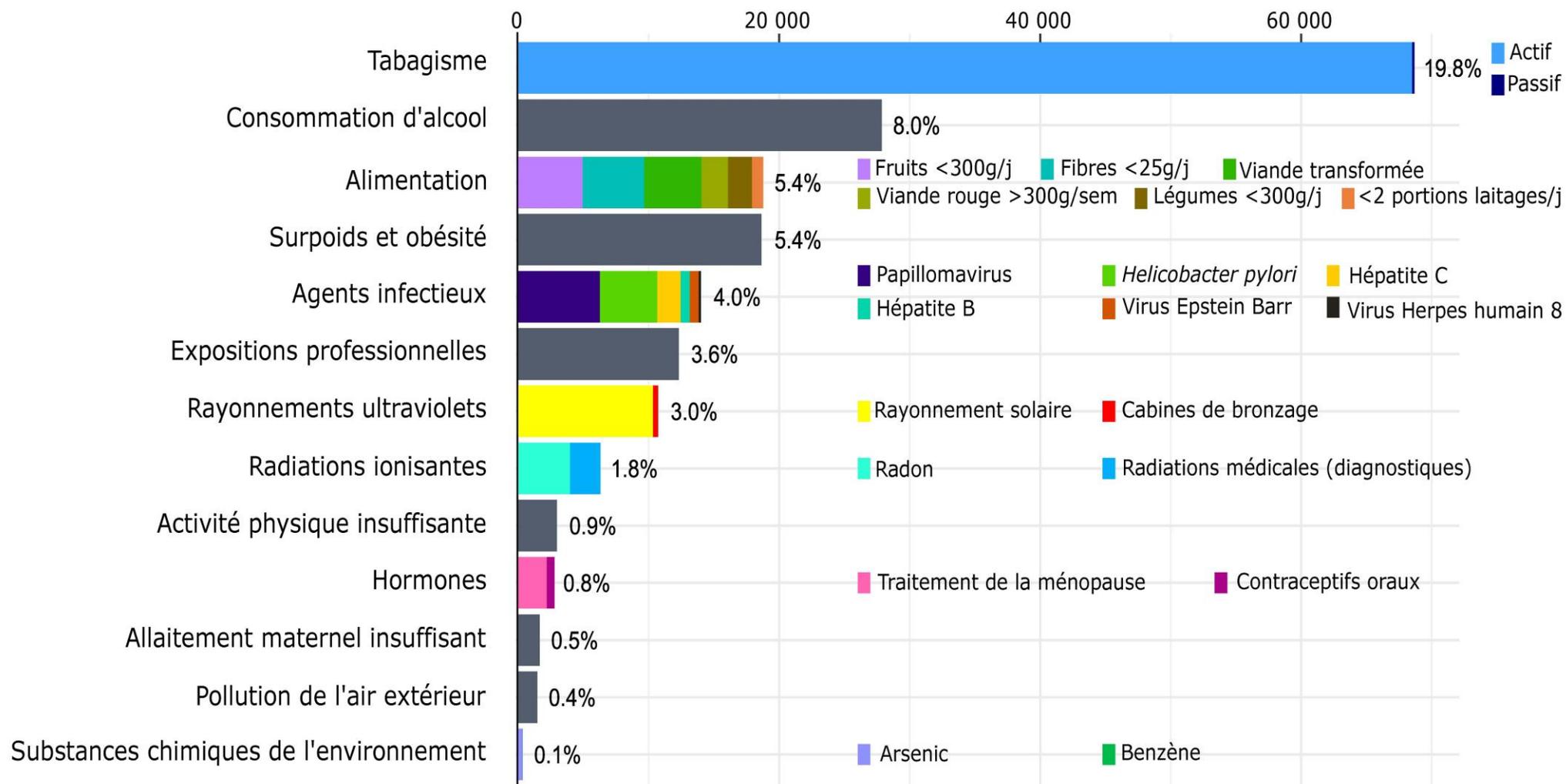
Quelques définitions...

- Prévenir, prévention = agir avant l'apparition du cancer
 - Comportements
 - Vaccination (HPV, Hépatite B)
- Dépistage = détecter au plus tôt le cancer
 - Sein
 - Colon/rectum
 - Col de l'utérus
 - Peau
 - Prostate

Agir avant le cancer = prévention primaire

4 cancers sur 10 évitables → 142 000 cancers par an

Nombre de nouveaux cas de cancer attribuables au mode de vie et à l'environnement en France en 2015 parmi les adultes de 30 ans et plus



Centre international de Recherche sur le Cancer

Tabac

- Responsable de 75 000 décès par an en France (dont 45 000 par cancer)
- 20% des cancers liés au tabac
- 30% de fumeurs quotidiens en France
- Hausse chez les jeunes filles
- Age moyen d'expérimentation = 14,4 ans en 2017
- Age moyen d'entrée dans le tabagisme quotidien = 15 ans
- 4 fumeurs sur 5 ont commencé avant 18 ans
- ~70 % des adolescents qui consomment leur 1^{ère} cigarette deviendront, au moins temporairement, des fumeurs quotidiens

Tabac

- Cancer du poumon, gorge, trachée x 10 chez les hommes et x 7,5 chez les femmes
- Vessie, rein, estomac, pancréas...
- 80 % à 90 % des cancers du poumon attribuables au tabagisme
- Bronchite chronique x 10, Maladies cardiovasculaire x 2 à 3
- Pilule oestro-progestative après 35 ans + tabac = x 10 risque d'AVC

Alcool

- 49 000 décès en 2009,
- 2^e cause de mortalité évitable
- 8% des cancers liés à l'alcool
- Consommer au moins 1 verre d'alcool par jour augmente le risque de développer un cancer
- Tous les types de boissons alcoolisées produisent le même effet : c'est la quantité d'alcool pur consommée qui expose au risque de développer un cancer
- Alcool + tabac = 

Alcool

- En 2005, 10 % des accidents de la route corporels et 28 % des accidents mortels impliquaient un conducteur à l'alcoolémie positive
- 10 % à 20 % des accidents du travail et 3 % à 20 % des accidents de la vie courante
- Cirrhose et cancer du foie, cancers gorge, langue, œsophage, sein, colorectal
- Lésions du système nerveux

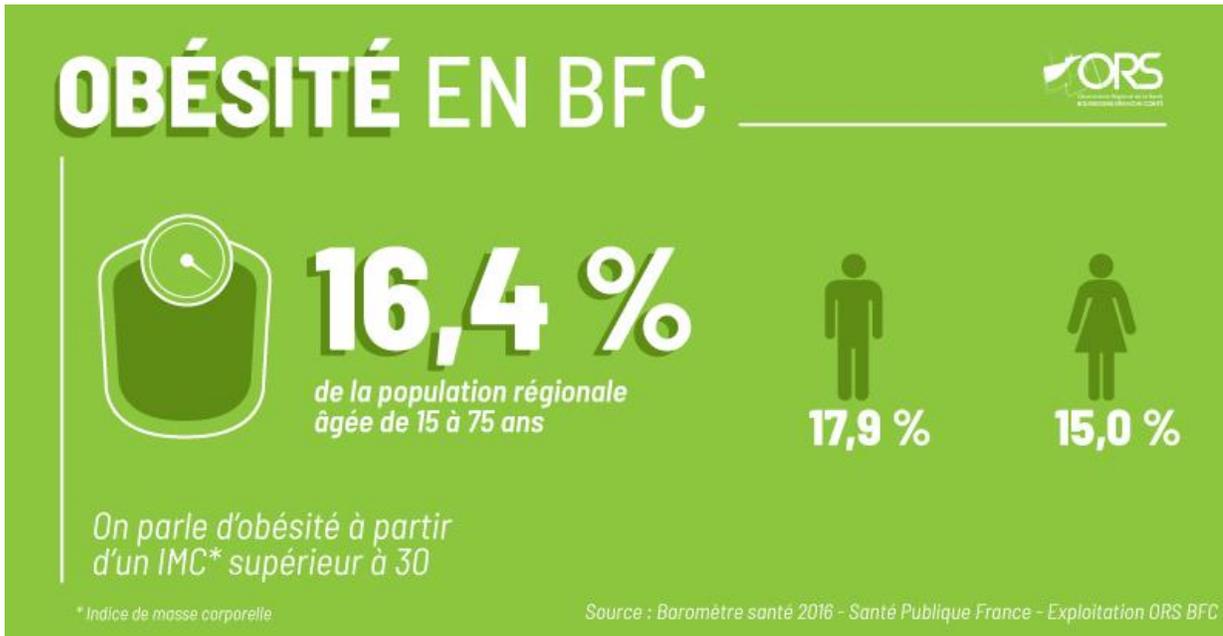
Cannabis et cancer du poumon

- Le fumeur de cannabis est très souvent un fumeur de tabac
- Beaucoup de contradictions sur le lien possible mais impact probable sur le risque de cancer
- Age plus jeune au diagnostic

Cannabis et cancer du testicule

- Cancer rare mais en constante ↑
- Depuis les années 50, ↑ du nombre de cas de 3 à 5% par an
- Testicule : organe qui possède des récepteurs au THC
- Risque x 1,7 pour les fumeurs occasionnels
- Risque x 2 pour les fumeurs réguliers
- Tumeurs plus rares, plus agressives, concernent particulièrement le sujet jeune

Alimentation, obésité, activité physique



Cancers et Maladies cardio-vasculaires

Pour un mode de vie plus équilibré, commencez par

Augmenter ↗

- Les fruits et légumes
- Les légumes secs : lentilles, haricots, pois chiches, etc.
- Les fruits à coque : noix, noisettes, amandes non salées, etc.
- Le fait maison
- L'activité physique

Aller vers ↘

- Le pain complet ou aux céréales, les pâtes, la semoule et le riz complets
- Les poissons gras et maigres en alternance
- L'huile de colza, de noix, d'olive
- Une consommation de produits laitiers suffisante mais limitée
- Les aliments de saison et les aliments produits localement
- Les aliments bio

Réduire ↙

- L'alcool
- Les produits sucrés et les boissons sucrées
- Les produits salés
- La charcuterie
- La viande : porc, bœuf, veau, mouton, agneau, abats
- Les produits avec un Nutri-Score D et E
- Le temps passé assis

Chaque petit pas compte et finit par faire une grande différence

MANGERBOUGER.FR

Logo Santé Publique France

Environnement

- Soleil++
- Tabagisme passif
- Pollution (<1%)



Vaccins

■ Anti-HPV

- HPV=virus
- De 11 à 21 ans
- 2 injections
- Prévention des verrues génitales
- Plus efficace si administré avant les premiers rapports sexuels
- Cancer du col de l'utérus + cancers ORL



■ Anti-Hépatite B

- Dès 2 mois
- Cancer du foie
- Obligatoire depuis 2018

Le dépistage
= prévention secondaire

- Mammographie
 - Dépistage organisé (pas d'avance des frais)
 - Tous les 2 ans de 50 à 74 ans
 - Double lecture
 - Réduit la mortalité par cancer du sein d'environ 20%
 - Rapport bénéfice/risque controversé entre 40 et 50 ans
 - Surdiagnostic (et « sur traitement »), FP, cancers radio-induits
- DI après 74 ans révolus
- NB hors contexte familial évoquant un risque particulier

■ Test immunologique

- Depuis 2015, avant Hemmocult
- Dépistage organisé (pas d'avance des frais)
- Tous les 2 ans de 50 à 74 ans
- MT, commande sur internet, en pharmacies depuis fin 202

■ Frottis

- Mise en place du dépistage organisé en 2018
- De 25 à 65 ans
- Tous les 5 ans (test HPV) à partir de 30 ans
- Les 2 premiers frottis à 1 an d'intervalle, puis tous les 3 ans jusque 30 ans
- Complémentaire du vaccin ++
- Gynéco, MT, sage femme

■ DI après 65 ans

Et demain?

- Dépistage ciblé cancer du sein
- Essai My PEPS(My Personal Breast Screening) est un projet majeur et ambitieux financé par l'Union Européenne
- 85 000 femmes résidant en Belgique, Espagne, France, Israël, Royaume-Uni ou Italie.
- Cette étude compare le dépistage standard actuel du cancer du sein à une stratégie personnalisée, avec mammographies plus fréquentes pour les femmes à risque élevé de cancer du sein, et moins fréquentes pour les femmes à bas risque
- Dépistage dès 45 ans régulièrement questionné
- Dépistage du cancer du poumon chez « gros » fumeurs



© Can Stock Photo - csp30591932



shutterstock.com - 158602217

