

CANCER DU SEIN : L'ALCOOL ET LE TABAC SONT DES FACTEURS DE RISQUE À NE PAS OUBLIER

Auteurs : ARVERS Philippe (Dr - Médecin addictologue et tabacologue)
Date : 22/08/22



Octobre rose est un mois de lutte contre le cancer du sein : prévention et dépistage. A ce sujet, vous avez peut-être entendu parler de la remise en question de ce dépistage organisé du cancer du sein, mais c'est un autre sujet que nous pourrions aborder une autre fois, si cela vous intéresse. Modifier son comportement vis-à-vis de l'alcool et/ou du tabac peut également largement contribuer à diminuer l'incidence de survenue de ce cancer, chez la femme en particulier.

Le cancer du sein en France

C'est le cancer le plus fréquemment observé chez la femme en France, en Europe et aux USA. Cette maladie représente la première cause de décès par cancer chez les femmes en 2012.

Dans plus de 8 cas sur 10, ce cancer touche des femmes âgées de 50 ans ou plus.

L'âge moyen au diagnostic est de 63 ans en 2012, et l'âge moyen au décès est de 72 ans, toujours en 2012.

S'il est dépisté à un stade précoce, ce cancer peut être guéri dans 9 cas sur 10.

S'il peut également toucher l'homme, ce cancer est par contre beaucoup plus rare : il représente moins de 1 pour 100 des cancers du sein. Par contre, c'est le cancer du poumon qui est en première place chez l'homme, où le tabac représente le facteur de risque essentiel.

(source : Institut national du cancer)

Sous la forme d'un billet d'expert, ce contenu détaille les risques de cancer du sein liés à la consommation d'alcool ou de tabac.

Le cancer du sein représente la première cause de décès par cancer chez les femmes. Dans plus de 8 cas sur 10, ce cancer touche des femmes âgées de 50 ans ou plus. S'il est dépisté à un stade précoce, ce cancer peut être guéri dans 9 cas sur 10.

Le rôle de l'alcool dans le cancer du sein



L'alcool représente la deuxième cause évitable de mortalité par cancer après le tabac en France, selon l'OMS ([INCA](#)). Souvent nié ou méconnu, son caractère cancérigène est pourtant clairement établi. **Il est responsable de 10 % des décès par cancer**, soit environ 15 000 décès chaque année.

Les études scientifiques montrent une augmentation du risque de cancer dès une consommation moyenne d'un verre par jour ; cette augmentation du risque est proportionnelle à la quantité d'alcool consommée. Ainsi, toute consommation régulière d'alcool est à risque, chez la femme en particulier.

La vaste cohorte de la Nurses' Health Study a permis de suivre 74 854 femmes de 1980 à 2008, à l'aide de questionnaires remis à jour tous les 2 à 4 ans : 7690 cancers invasifs du sein ont été diagnostiqués pendant cette période.

- Pour de faibles consommations (3 à 6 verres par semaine), le risque est augmenté de 15%,
- Pour des consommations plus importantes (2 verres par jour), le risque est augmenté de 51%.

Les auteurs précisent qu'il *n'y a pas de différence selon la boisson consommée* : pas de moindre risque si c'est du vin qui est consommé, par exemple.

Par contre, *le mode d'alcoolisation* joue un rôle important : *les alcoolisations massives* sont plus nocives que les alcoolisations chroniques. **C'est donc la dose cumulée qui semble être le facteur déterminant.**

Le rôle du tabac dans le cancer du sein

Comme le précisait l'INSERM sur son site en 2014, « le tabagisme passif est aussi nocif que l'actif ». Le tabac, même passif augmente le risque de cancer du sein : c'est la conclusion de l'étude européenne E3N-EPIC publiée par Laure Dossus et collaborateurs (International Journal of Cancer, 2014).

Par rapport aux femmes qui n'avaient jamais fumé ni été exposées au tabac passif, *les femmes fumeuses et ex-fumeuses avaient un risque augmenté de 16%*.

Pour les femmes exposées au tabac passif, ce risque était accru de 10%.

De plus, cette étude montre également qu'après la ménopause, le tabac a toujours un impact sur le cancer du sein, même s'il est alors plus faible.

Une autre conclusion de cette étude : commencer à fumer jeune, avant une première grossesse augmente considérablement le risque de cancer du sein : une initiation au tabac entre 16 et 26 ans accroît le risque de presque un quart (22%).

Une étude américaine menée auprès de 1898 femmes âgées de 20 à 44 ans, publiée également en 2014 dans la revue Cancer (Masaaki Kawai et al.), confirme le risque accru de cancer du sein chez les femmes jeunes : elles sont exposées à un risque élevé de 60% de cancer du sein à récepteurs d'œstrogènes positifs (cancer du sein le plus commun). Les auteurs précisent également que « avoir fumé plus de 100 cigarettes au cours de la vie augmente de 30% le risque de cancer du sein ».



Alcool et tabac chez la femme : tout n'est donc pas rose, même en octobre

Le constat est net : la consommation d'alcool et de tabac augmente de manière très significative le risque de cancer du sein chez la femme.

Déjà, ne pas boire et ne pas fumer pendant la grossesse, c'est important : cela limite le risque pour l'enfant à venir.

Repousser l'initiation du tabac après 26 ans permet de diminuer le risque de cancer du sein.