



Communiqué de presse – 22 octobre 2018

## Moins de cancers chez les consommateurs d'aliments bio ?

**Une diminution de 25% du risque de cancer a été observée chez les consommateurs « réguliers » d'aliments bio, par rapport aux personnes qui en consomment moins souvent. C'est ce que révèle une étude épidémiologique menée par une équipe de l'Inra, Inserm, Université Paris 13, CNAM, grâce à l'analyse d'un échantillon de 68 946 participants de la cohorte NutriNet-Santé. Bien que le lien de cause à effet ne puisse être établi sur la base de cette seule étude, les résultats suggèrent qu'une alimentation riche en aliments bio pourrait limiter l'incidence des cancers. Des travaux complémentaires sont toutefois nécessaires pour la mise en place des mesures de santé publique adaptées et ciblées. Cette étude est publiée dans le *JAMA Internal Medicine* le 22 octobre 2018.**

Le marché des aliments issus de l'agriculture biologique « bio » connaît un développement très important depuis quelques années. Au-delà des aspects éthiques et environnementaux, une des principales motivations de consommation est le fait que ces produits sont issus de modes de production sans produits phytosanitaires et intrants de synthèse et pourraient donc s'accompagner d'un bénéfice pour la santé. Toutefois, les rares données épidémiologiques disponibles ne sont pas suffisantes à l'heure actuelle pour conclure à un effet protecteur de l'alimentation bio sur la santé (ou un risque accru lié à la consommation des aliments issus de l'agriculture conventionnelle). Si la manipulation des intrants chimiques, en particulier via une exposition professionnelle chez les agriculteurs, a été associée à un risque accru de pathologies (en particulier cancer de la prostate, lymphome et maladie de Parkinson), le risque encouru via les consommations alimentaires en population générale n'est pas connu.

Des chercheurs du centre de recherche en Epidémiologie et Statistiques Sorbonne Paris Cité (Inra/Inserm/Université Paris 13/CNAM) ont mené une étude épidémiologique basée sur l'analyse d'un échantillon de 68 946 participants (78% de femmes, âge moyen 44 ans) de la cohorte française NutriNet-Santé (*voir encadré ci-dessous*). Leurs données relatives à la consommation d'aliments bio ou conventionnels ont été collectées à l'inclusion, à l'aide d'un questionnaire de fréquence de consommation (jamais, de temps en temps, la plupart du temps) pour 16 groupes alimentaires<sup>1</sup>. Des caractéristiques sociodémographiques, de modes de vie ou nutritionnelles ont également été prises en compte dans cette analyse.

Au cours des 7 années de suivi (2009-2016), 1 340 nouveaux cas de cancers ont été enregistrés et validés sur la base des dossiers médicaux. Une diminution de 25% du risque de cancer (tous types confondus) a été observée chez les consommateurs « réguliers » d'aliments bio comparés aux consommateurs plus occasionnels. Cette association était particulièrement marquée pour les cancers du sein chez les femmes ménopausées (-34 % de risque, score bio élevé *versus* bas) et les lymphomes (-76 % de risque). La prise en compte de divers facteurs de risque pouvant impacter cette relation (facteurs sociodémographiques, alimentation, modes de vie, antécédents familiaux) n'a pas modifié les résultats.

---

<sup>1</sup> Fruits, légumes, produits à base de soja, produits laitiers, viande/ poisson/œufs, féculents/légumes secs, pain/céréales, farine, huiles/condiments, plats préparés, café/thé/infusions, vin, biscuits/chocolat/sucre/confiture, autres aliments, compléments alimentaires.

Plusieurs hypothèses pourraient expliquer ces données : la présence de résidus de pesticides synthétiques beaucoup plus fréquente et à des doses plus élevées dans les aliments issus d'une agriculture conventionnelle, comparés aux aliments bio. Autre explication possible : des teneurs potentiellement plus élevées en certains micronutriments (antioxydants caroténoïdes, polyphénols, vitamine C ou profils d'acides gras plus bénéfiques) dans les aliments bio.

Les conclusions de cette étude doivent être confirmées par d'autres investigations conduites sur d'autres populations d'étude, dans différents contextes. Néanmoins, ces résultats soutiennent les recommandations du Haut Conseil de Santé Publique (HCSP) émises en 2017 pour les futurs repères alimentaires du Programme National Nutrition Santé (PNNS) visant à privilégier les aliments cultivés selon des modes de production diminuant l'exposition aux pesticides pour les fruits et légumes, les légumineuses et les produits céréaliers complets.

### L'étude NutriNet-Santé et le volet Bionutrinet

Il s'agit d'une étude de cohorte nationale réalisée sur une large population d'adultes volontaires (qui deviennent des Nutrinautes après inscription) lancée en 2009, dont l'objectif est d'étudier les relations nutrition-santé. Dans le cadre de cette étude NutriNet-Santé, le volet BioNutriNet s'intéresse à l'impact potentiel de la consommation des aliments en fonction de leurs modes de production (bio versus conventionnel) sur l'état nutritionnel, sur des marqueurs toxicologiques, sur l'environnement et sur la santé des individus.

Le recrutement de nouveaux volontaires pour participer à l'étude NutriNet-Santé se poursuit. Il suffit pour cela de s'inscrire en ligne ([www.etude-nutrinet-sante.fr](http://www.etude-nutrinet-sante.fr)) et de remplir des questionnaires, qui permettront aux chercheurs de faire progresser les connaissances sur les relations entre nutrition et santé et ainsi d'améliorer la prévention des maladies chroniques par notre alimentation.

En savoir plus : <http://presse.inra.fr/Communiqués-de-presse/BioNutriNet>



### Référence :

**The frequency of organic food consumption is inversely associated with cancer risk: results from the NutriNet-Santé prospective Cohort.** Julia Baudry, Karen E. Assmann, Mathilde Touvier, Benjamin Allès, Louise Seconda, Paule Latino-Martel, Khaled Ezzedine, Pilar Galan, Serge Hercberg, Denis Lairon & Emmanuelle Kesse-Guyot. *JAMA Internal Medicine*. 22 octobre 2018.

### Contact scientifique :

Emmanuelle Kesse-Guyot : [e.kesse@uren.smbh.univ-paris13.fr](mailto:e.kesse@uren.smbh.univ-paris13.fr) – T. 01 48 38 89 32  
Centre de Recherche en Epidémiologie et Statistiques Sorbonne Paris Cité (Inra, Inserm, Université Paris 13, CNAM) ; équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle  
Département Alimentation humaine  
Centre Inra Ile-de-France-Jouy-en Josas

### Contact presse :

Inra service de presse : [presse@inra.fr](mailto:presse@inra.fr) – T. 01 42 75 91 86