

## SAVOIR, C'EST POUVOIR AGIR

**40 % DES CANCERS POURRAIENT ÊTRE ÉVITÉS  
GRÂCE À DES CHANGEMENTS DE COMPORTEMENTS**



---

### Contacts presse :

---

#### Agence PRPA

---

Danielle Maloubier – 01 77 35 60 93 – [danielle.maloubier@prpa.fr](mailto:danielle.maloubier@prpa.fr)

---

Alizée Feauveaux 01 77 35 60 94 - [alizee.feauveaux@prpa.fr](mailto:alizee.feauveaux@prpa.fr)

---

---

#### Institut national du cancer

---

Lydia Dautet – 01 41 10 14 44 / Meriem Cherchab – 01 41 10 14 46 – [presseinca@institutcancer.fr](mailto:presseinca@institutcancer.fr)

---

# Sommaire

---

## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

**LES REPÈRES CHIFFRÉS**..... 6

**FICHE 1** ..... 7

**La prévention : un levier essentiel de la lutte contre les cancers**

**FICHE 2** ..... 9

**Savoir c'est pouvoir agir** : donner les informations fondées scientifiquement pour nous permettre d'agir sur nos comportements

**La campagne d'information** de l'Institut national du cancer

**Pour aller plus loin** : les ressources disponibles sur le site de l'Institut national du cancer : [e-cancer.fr](http://e-cancer.fr)

**FICHE 3** ..... 14

**Le tabac**, 1<sup>er</sup> facteur de risque évitable de cancers

**L'alcool**, 2<sup>e</sup> facteur de risque évitable de cancers

**FICHE 4** ..... 22

**Les chiffres** : de quelles études sont-ils issus ?

## SAVOIR, C'EST POUVOIR AGIR

### 40 % DES CANCERS POURRAIENT ÊTRE ÉVITÉS GRÂCE À DES CHANGEMENTS DE COMPORTEMENTS

**L'Institut national du cancer lance sa nouvelle campagne d'information sur les deux principaux facteurs de risque de cancers : le tabac et l'alcool**

Principaux facteurs de risque de développer un cancer, la consommation de tabac et d'alcool est responsable de près 60 000 décès par cancers chaque année en France. En adoptant de nouvelles habitudes de vies, 40 % de l'ensemble des cancers détectés par an pourraient être évités. Afin de renforcer la connaissance du grand public sur les risques de cancers attribuables à la consommation de tabac et d'alcool et de donner à chacun les clés pour agir, l'Institut national du cancer en lien avec le ministère des Solidarités et de la Santé diffuse du 22 mai au 10 juin une nouvelle campagne d'information dans les media.

#### Mieux connaître les risques de cancers pour adapter ses comportements

Chaque année, 40 % des cancers détectés (400 000 en 2017) pourraient être évités grâce à des changements de comportements individuels. **Le tabac est le premier facteur de risque évitable.** Sur les 150 000 décès par cancers recensés chaque année, 45 000 sont directement attribuables à sa consommation.

Par ailleurs, le tabac peut être à l'origine de 17 localisations de cancers. Si celui du poumon est largement évoqué par le grand public (80 % de ces cancers sont provoqués par le tabac), ses effets délétères sur 16 autres localisations restent méconnus ; le tabac est notamment responsable de 70 % des cancers des voies aérodigestives supérieures (bouche, larynx, pharynx, œsophage), de 50 % des cancers de la vessie et de 30 % des cancers du pancréas. La meilleure stratégie pour réduire son risque individuel de cancers est de ne pas commencer à fumer, ou de s'arrêter.

**Deuxième facteur de risque évitable de cancers**, la consommation d'alcool est responsable, chaque année, de 15 000 décès en France. Parmi les 7 localisations de cancers attribuables à ce facteur de risque, l'alcool, quel que soit son type, est la cause de 58 % des cancers de l'œsophage, 16 % des cancers du côlon et du rectum et 15 % des cancers du sein. Pour diminuer

efficacement son risque de cancers, il est conseillé de réduire autant que possible la quantité et la fréquence de sa consommation.

Les effets de l'alcool sont renforcés quand ils sont associés à ceux du tabac : leurs actions conjointes augmentent considérablement les risques de cancers des voies aérodigestives supérieures (bouche, larynx, pharynx, œsophage). Le risque de développer un cancer de la cavité buccale peut être multiplié par 45 chez les grands consommateurs de tabac et d'alcool.

### **Savoir, c'est pouvoir agir : donner les informations fondées scientifiquement pour nous permettre d'agir sur nos comportements**

L'objectif majeur de l'Institut national du cancer est de **porter à la connaissance de chacun des informations objectives et essentielles à la compréhension des risques du tabac et de l'alcool sur la survenue des cancers**, sans préjugé et sans porter de regard moralisateur sur les habitudes de vie.

Dépositaire de l'expertise en matière de cancérologie, l'Institut national du cancer donne accès, à l'ensemble de la population, aux informations de référence qu'il produit et qu'il diffuse sur la prévention des cancers. Il permet ainsi de laisser le choix à chacun d'agir sur ses comportements en toute connaissance de cause

La signature « **Savoir, c'est pouvoir agir** », traduit la volonté de l'Institut de délivrer au grand public une information utile, neutre et facilement appropriable tout en permettant à chacun d'exercer sa liberté d'information.

### **La campagne d'information de l'Institut national du cancer**

Dans sa campagne d'information, l'Institut national du cancer portera à la connaissance du grand public des informations nouvelles et des repères concrets que chacun pourra s'approprier.

Conçue sur un modèle pédagogique, cette campagne délivre des informations nouvelles sur les deux premiers facteurs de risque évitables de cancers que sont le tabac et l'alcool.

Aussi, l'Institut national du cancer portera notamment à leur connaissance le nombre et les types de cancers attribuables à la consommation d'alcool ou encore le fait qu'une consommation prolongée de tabac est un facteur de risque majeur de cancer, même si on fume peu.

**Deux spots seront diffusés du 22 mai au 10 juin en télévision et déclinés sur le web.** Ils seront soutenus par **une campagne dans la presse et sur les réseaux sociaux** (Plus de détails sur le dispositif de campagne dans [le dossier de presse](#)).

L'ensemble du dispositif **renverra vers des pages informatives et interactives sur le site e-cancer.fr**, permettant d'accéder à du contenu spécifique sur la prévention des cancers et plus spécifiquement sur le risque lié à l'alcool et au tabac.



Visionner le spot sur Tabac et cancers



Visionner le spot TV sur Alcool et cancer

**Pour aller plus loin : e-cancer.fr**

- Lien vers le dossier de presse
- Liens vers les pages interactives du site e-cancer.fr
- Lien vers la rubrique d'informations sur les risques de cancers liés à la [consommation de tabac](#) et à la [consommation d'alcool](#)
- Lien vers le film d'animation [Tabac et cancers](#). Ce film est également disponible par séquence :

- o [Tabac et cancers : nuisances à tous les étages](#)
- o [Tabac et cancers : tabac, une composition 100 % toxique](#)

[Tabac et cancers : un arrêt toujours bénéfique](#)

- Lien vers le [Quiz prévention](#)

**Contact presse :**

Agence PRPA :

Danielle Maloubier – 01 77 35 60 93 – [danielle.maloubier@prpa.fr](mailto:danielle.maloubier@prpa.fr)

Alizée Feauveaux - 01 77 35 60 94 - [alizee.feauveaux@prpa.fr](mailto:alizee.feauveaux@prpa.fr)

Institut national du cancer

Lydia Dazet – 01 41 10 14 44 / Meriem Cherchab – 01 41 10 14 46 – [presseinca@institutcancer.fr](mailto:presseinca@institutcancer.fr)

# LES REPÈRES CHIFFRÉS

---

**40 %** des cancers pourraient être évités en modifiant certains comportements individuels

## LES CANCERS EN FRANCE

**400 000** nouveaux cas de cancers en France en 2017

**150 000** décès par cancer en France en 2017

## TABAC ET CANCERS

Le tabac, **1er facteur de risque évitable** de cancers

Chaque année, **45 000** décès par cancers sont attribuables au tabac

En 2015, **28,8 %** de personnes consomment du tabac tous les jours

## ALCOOL ET CANCERS

L'alcool, **2<sup>e</sup> facteur de risque évitable** de cancers

Chaque année, **28 000** nouveaux cas de cancers et **15 000** décès par cancers sont attribuables à l'alcool

**11,6 litres d'alcool** pur consommés par habitant en 2016, soit 2 verres et demi de 10 g d'alcool pur par jour (population des 15 ans et plus)

# FICHE 1

## La prévention : un levier essentiel de la lutte contre les cancers

Les cancers sont des maladies multifactorielles, **de nombreuses causes peuvent être à l'origine de l'apparition et du développement d'un cancer**. Le passage d'une cellule normale à une cellule cancéreuse est un processus long et complexe, au cours duquel différents facteurs interviennent et engendrent des mutations dans les gènes. Ces mutations peuvent être liées aux hasards des multiplications successives de nos cellules ou à une prédisposition génétique à certains cancers, donc à des facteurs inhérents à la personne. Mais elles sont souvent provoquées ou favorisées par des **agressions externes provenant de notre environnement, de notre lieu de travail ou de nos comportements et conditions de vie**. Ces facteurs externes qui agressent les cellules de notre organisme peuvent être de nature chimique (substances cancérigènes contenues dans la fumée du tabac, l'alcool, certains aliments, l'amiante...), physique (rayonnements ultraviolets et ionisants) ou biologique (liés à des virus, des bactéries ou des parasites).

En se fondant sur une étude publiée au Royaume-Uni en 2011<sup>1</sup>, on estime que **40 % des cancers résulteraient de l'exposition à des facteurs de risque évitables, liés à nos modes de vie et à nos comportements**.



<sup>1</sup> *The fraction of cancer attributable to lifestyle and environmental factors in the UK in 2010*. British Journal of cancer, volume 105, 2011. Voir la synthèse des principaux résultats de l'étude sur le site de CRUK: <http://www.cancerresearchuk.org/cancerinfo/cancerstats/causes/lifestyle/overall-results>.

## Le cancer perçu comme la maladie la plus grave par les Français

Le cancer reste, dans la perception des Français, la maladie la plus dangereuse. Lors du dernier baromètre cancer (données 2015), les personnes interrogées citent dans plus de 96 % des cas le cancer parmi les trois maladies les plus dangereuses devant le VIH-SIDA (40,5 %) et les maladies cardio-vasculaires (31,5 %). Le fait de citer le cancer comme étant l'une des trois maladies les plus graves ne varie pas selon l'expérience personnelle ou celle d'un proche ; cette perception est également homogène dans l'ensemble des classes d'âge.

Les différences de perception entre les femmes et les hommes sont réelles. Ainsi, les femmes citent plus souvent le cancer comme l'une des trois maladies les plus graves. En revanche, les personnes sans diplôme, sans emploi ou ayant un revenu inférieur à 1 500 euros citent significativement moins le cancer comme étant l'une des trois maladies les plus graves.

### Une perception erronée de la maladie : près de 62 % des personnes interrogées pensent que le cancer est héréditaire

Si près de 67 % des personnes interrogées rejettent l'idée que « *l'on ne peut rien faire pour éviter un cancer* », l'opinion selon laquelle le cancer est héréditaire reste majoritaire (61,7 % d'opinion en ce sens, soit une augmentation de presque 10 points depuis 2010 où les perceptions semblaient plus partagées). En réalité, **la part de cancers résultant de facteurs internes, liés à la transmission d'une mutation génétique prédisposant au cancer, est estimée à moins de 10 %.**

Face à ce constat, la campagne d'information de l'Institut national du cancer veut porter à la connaissance du grand public des caractéristiques méconnues des principaux facteurs de risque évitables de cancers : le tabac (responsable de 17 localisations de cancers) et l'alcool (responsable de 7 localisations de cancers).

Pédagogique et factuelle, cette campagne permet de lutter contre certaines idées reçues. Elle permet à chacun d'agir sur ses comportements en toute connaissance de cause.



## FICHE 2

# Savoir, c'est pouvoir agir

---

### 📌 **Savoir, c'est pouvoir agir : donner les informations fondées scientifiquement pour nous permettre d'agir sur nos comportements**

**40 % des cancers sont liés à des facteurs de risque évitables** aux premiers rangs desquels figurent le tabac et l'alcool. Chaque année, **60 000 décès sont attribuables à ces deux facteurs de risque. La prévention reste la meilleure arme pour réduire le risque de cancers.**

L'objectif de l'Institut national du cancer est de **porter à la connaissance de chacun des informations objectives et essentielles à la compréhension de ces risques**, sans préjugé ni regard moralisateur sur les habitudes de vie.

Dépositaire de l'expertise en matière de cancérologie, l'Institut national du cancer donne accès, à l'ensemble de la population, aux informations de référence qu'il produit et qu'il diffuse sur la prévention des cancers. Il permet ainsi de laisser le choix à chacun d'agir sur ses comportements en toute connaissance de cause.

Dans un contexte de forte exposition de l'ensemble de la population aux messages publicitaires sur les boissons alcoolisées, l'Institut souhaite permettre à chacun d'exercer sa liberté d'information.

La signature **« *Savoir, c'est pouvoir agir* »**, traduit sa volonté de délivrer au grand public une information utile, neutre et facilement appropriable.

Cette volonté guide l'ensemble des prises de parole publiques de l'Institut national du cancer et fait le lien entre les différentes campagnes, que ce soit sur la prévention ou le dépistage des cancers. Quel que soit le sujet traité, l'information diffusée est factuelle afin que chacun puisse se l'approprier, la relayer ou encore la partager pour qu'*in fine* elle devienne un levier d'action.

**Savoir**, que l'on peut modifier ses comportements face au risque de cancers, **c'est pouvoir agir.**

## La campagne d'information de l'Institut national du cancer

Dans la continuité des campagnes diffusées en 2016 et 2017 qui rappelaient que 40 % des cancers sont évitables en changeant nos comportements, cette nouvelle prise de parole met l'accent sur les deux principaux facteurs de risque évitables de cancers que sont le tabac et l'alcool, responsables de 60 000 décès par an.

Conçue sur un modèle pédagogique, cette campagne nationale délivre des informations nouvelles au grand public sur les deux premiers facteurs de risque évitables de cancers que sont le tabac et l'alcool.

Aussi, l'Institut national du cancer portera notamment à leur connaissance le nombre et les types de cancers attribuables à la consommation d'alcool ou encore le fait qu'une consommation prolongée de tabac est un facteur de risque majeur de cancer, même si on fume peu.

Pour sensibiliser le grand public, deux spots seront diffusés du 22 mai au 10 juin en télévision et déclinés sur le web. Chaque spot porte sur un facteur de risque : le tabac, 1<sup>er</sup> facteur de risque évitable de cancers responsable de 45 000 décès par an et l'alcool, deuxième facteur de risque évitable de cancers responsable de 15 000 décès par an.

Chaque spot apporte une information méconnue du grand public. Ainsi, le spot sur le tabac rappelle qu'une consommation prolongée de tabac est un facteur de risque majeur de cancer, même si on fume peu.



Celui sur l'alcool révèle les localisations de cancers attribuables à sa consommation. Soit 7 localisations en tout.



Ces spots seront soutenus par un troisième film exclusivement destiné au web, et qui rappellera que 40 % des cancers pourraient être évités en changeant nos comportements et nos habitudes de consommation, ainsi que par une campagne sur les réseaux sociaux.

Enfin deux annonces presse, conçues sur le même modèle que les spots télévisés, feront écho aux spots TV pendant toute la durée de la campagne.



L'ensemble du dispositif renverra vers des pages informatives et interactives sur le site e-cancer.fr, permettant d'accéder à du contenu spécifique sur la prévention des cancers et plus spécifiquement sur le risque lié à l'alcool et au tabac.

Les internautes pourront tester leurs connaissances sur ces risques.

**TABAC ET CANCERS**

Le tabac est la première cause de cancers, loin devant les autres facteurs de risque. Chaque année en France, il serait responsable de 45 000 des décès par cancer. Même si vous fumez depuis plusieurs années et que votre consommation de tabac est élevée, il n'est jamais trop tard pour arrêter.

**SAVOIR C'EST POUVOIR AGIR**

**CONNAISSEZ-VOUS LES RISQUES DE CANCERS LIÉS AU TABAC ?**  
Testez vos connaissances.

**Quelle consommation est la plus à risque ?**  
Cliquez sur la réponse qui vous semble la plus juste.

Une cigarette par jour pendant 10 ans      Un paquet par jour pendant 1 an

**Combien de cancers différents sont provoqués par le tabac ?**  
Indiquez votre estimation à l'aide de la jauge.

**Combien de substances cancérigènes se trouvent dans la fumée du tabac ?**  
Indiquez votre estimation à l'aide de la jauge.

Partagez cette page pour tester vos proches et rendez-vous sur [e-cancer.fr](http://e-cancer.fr) pour en savoir plus !

En changeant nos comportements, nous pourrions éviter 40% des cancers.

**TABAC ET ALCOOL : UN RISQUE ACCRU**

Les risques de cancers des voies aérodigestives (bouche, larynx, pharynx) liés à l'exposition au tabac et au alcoolisme sont, de surcroît, plus élevés. Plus de 70% des cas de cancers sont imputables à une consommation conjointe de tabac et d'alcool.

Tester ses connaissances sur les risques de cancers liés à l'alcool

**ALCOOL ET CANCERS**

Souvent lié au tabac, la substance cancérigène de l'alcool est pourtant clairement identifiable. Chaque année en France, il est responsable de 28 000 cancers. L'alcool représente la deuxième cause évitable de mortalité par cancer après le tabac.

**SAVOIR C'EST POUVOIR AGIR**

**CONNAISSEZ-VOUS LES RISQUES DE CANCERS LIÉS A L'ALCOOL ?**  
Testez vos connaissances.

**Quel est le cancer le plus fréquent lié à l'alcool ?**  
Sélectionnez la zone de votre choix.

bouche  
larynx  
sein  
foie

**Combien de cancers différents sont liés à la consommation d'alcool ?**  
Indiquez votre estimation à l'aide de la jauge.

**Parmi ces verres, quel alcool a l'effet le plus cancérigène ?**  
Cliquez sur la réponse qui vous semble la plus juste.

vin 12°/18°e      bière 9°/12°e      champagne 12°/13°e      whisky 40°/50°e      boisson énergisante 10°/11°e

Partagez cette page pour tester vos proches et rendez-vous sur [e-cancer.fr](http://e-cancer.fr) pour en savoir plus !

En changeant nos comportements, nous pourrions éviter 40% des cancers.

**TABAC ET ALCOOL : UN RISQUE ACCRU**

Les risques de cancers des voies aérodigestives (bouche, larynx, pharynx) liés à l'exposition au tabac et au alcoolisme sont, de surcroît, plus élevés. Plus de 70% des cas de cancers sont imputables à une consommation conjointe de tabac et d'alcool.

Tester ses connaissances sur les risques de cancers liés à l'alcool

► Pour aller plus loin : les ressources disponibles sur le site de l'Institut national du cancer : [e-cancer.fr](http://e-cancer.fr)

## S'INFORMER SUR LE TABAC, L'ALCOOL ET LES CANCERS

Lien vers la rubrique d'informations sur les risques de cancers liés à la [consommation de tabac](#) et à la [consommation d'alcool](#)

Lien vers le film d'animation [Tabac et cancers](#). Ce film est également disponible par séquence :

[Tabac et cancers : nuisances à tous les étages](#)

[Tabac et cancers : tabac, une composition 100 % toxique](#)

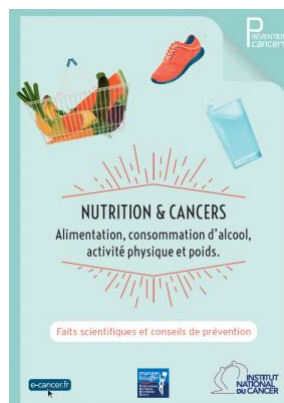
[Tabac et cancers : un arrêt toujours bénéfique](#)

## S'INFORMER SUR LES AUTRES FACTEURS DE RISQUE DE CANCERS ÉVITABLES

[Le dossier prévention des cancers](#)

[Prévention cancers le test](#)

La brochure [nutrition et cancers](#)



## FICHE 3

# Tabac, alcool et cancers

### Le tabac, 1er facteur de risque évitable de cancers

Le tabac est le **premier facteur de risque évitable de cancers**. Sur les 150 000 décès par cancer recensés chaque année, **45 000 sont directement attribuables à sa consommation**. Sans tabac, on estime qu'un tiers des décès par cancer pourraient être évités.

La fumée de tabac contient **7 000 substances chimiques, dont 70 cancérogènes (benzène, arsenic, chrome, goudrons...)**. Ces substances sont directement responsables de la majorité des pathologies liées au tabac. Le tabac présente un risque pour la santé quel que soit son mode de consommation : cigarette, tabac à rouler, cigarillo, cigare, pipe, chicha.... Les cigarettes à moindre teneur en nicotine et en goudrons ne sont pas moins cancérigènes que les autres.



### Une consommation de tabac qui diminue mais qui reste élevée

En 2016, 28,7 % des 15-75 ans fumaient du tabac quotidiennement : c'est l'un des taux les plus élevés recensés dans les pays occidentaux. Cette prévalence est stable depuis 2010, après la hausse observée entre 2005 et 2010. Néanmoins, entre 2010 et 2016, la prévalence du tabagisme quotidien a augmenté de 35,2% à 37,5% parmi les personnes aux revenus de la tranche la plus basse, alors qu'elle a diminué de 23,5 % à 20,9 % parmi les personnes aux revenus de la tranche la plus haute.

Les écarts selon le niveau de diplôme suivent une tendance similaire, témoignant ainsi d'une augmentation des inégalités sociales en matière de tabagisme.

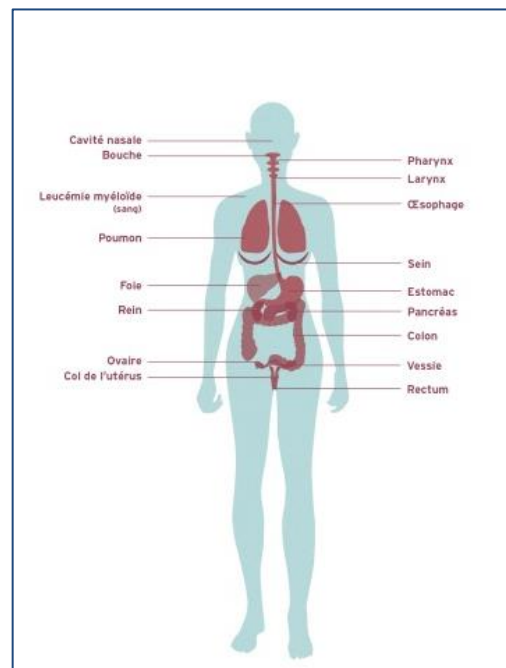
Les premiers résultats de l'enquête ESCAPAD<sup>2</sup> (Enquête sur la Santé et les Consommations lors de l'Appel de Préparation À la Défense) montrent une diminution remarquable de 23 % du tabagisme quotidien chez les 17 ans entre 2014 et 2017, qui passe de 32,4 % à 25,1 % de cette population. Cette diminution se révèle davantage le fait des filles, dont la consommation quotidienne a baissé de 25 % entre 2014 et 2017 contre 20 % chez les garçons.

### Quels cancers le tabac favorise-t-il ?

**Le tabac** est la cause directe ou un facteur favorisant pour de nombreux types de cancers.

Il peut être à l'origine de **17 localisations de cancers**. Si celui du poumon est largement connu du grand public (80 % de ces cancers sont provoqués par le tabac), ses effets délétères sur 16 autres localisations restent méconnus ; le tabac est notamment responsable de 70 % des cancers des voies aérodigestives supérieures (bouche, larynx, pharynx, œsophage), de 50 % des cancers de la vessie et de 30 % des cancers du pancréas.

La meilleure stratégie pour réduire son risque individuel de cancers est de ne pas commencer à fumer, ou de s'arrêter.



<sup>2</sup> <https://www.ofdt.fr/enquetes-et-dispositifs/escapad/>



### Comment réduire ses risques de cancer liés au tabac ?

**Seul un arrêt total de la consommation de tabac a un effet certain sur la diminution du risque de cancer.**

Le risque de développer une maladie liée au tabagisme est lié au nombre de cigarettes fumées chaque jour **mais surtout à la durée de cette exposition**. Le nombre d'années de tabagisme est en effet un facteur déterminant sur le risque de cancer du poumon. Fumer deux fois plus multiplie par deux le risque de cancer du poumon, alors que fumer deux fois plus longtemps multiplie par vingt ce risque<sup>3</sup>. En effet c'est l'exposition répétée aux substances cancérigènes, même en petite quantité, qui provoque l'apparition des cancers pulmonaires<sup>4</sup>.

**Il existe toujours un bénéfice à l'arrêt du tabac**, quels que soient l'âge du patient, la durée et l'importance de sa consommation de tabac. Ce gain s'avère d'autant plus important que le sevrage tabagique intervient tôt. Une étude a ainsi estimé, en moyenne, que **le gain d'espérance de vie atteint 3 ans chez un fumeur s'arrêtant à 60 ans ; ce gain atteint 6 ans si l'arrêt a lieu à l'âge de 50 ans, 9 ans à 40 ans et serait proche de celui des non-fumeurs avant 35 ans** (Peto et al, 2004).

Le Centre International de Recherche contre le Cancer (CIRC) a montré par ailleurs **qu'un bénéfice significatif de l'arrêt du tabac, augmentant avec la durée de l'abstinence, a été observé pour tous les cancers majeurs associés au tabagisme**. Toutefois, il n'atteint qu'à titre

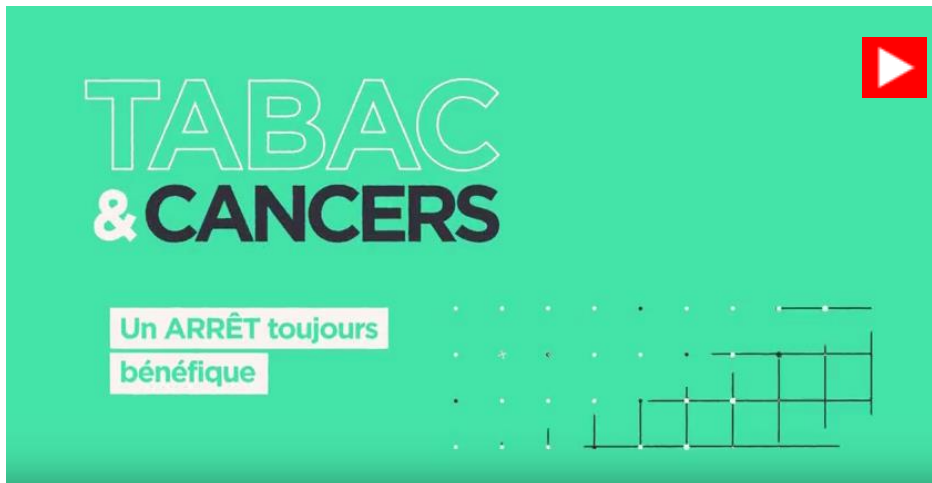
3 Peto R. *Influence of dose and duration of smoking on lung cancer rates*. IARC scientific publications. 1986(74):23-33.

4 Hill C. Pour en finir avec les paquets/années. *Revue des maladies respiratoires* 1992, 9, n°6:573-4.



exceptionnel le niveau de risque des personnes n'ayant jamais fumé.

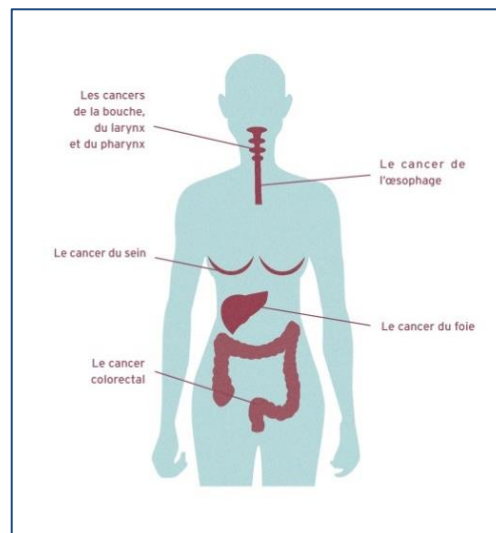
Les informations, les adresses de consultations d'aide à l'arrêt et le soutien d'un médecin tabacologue, sont sur [www.tabac-info-service.fr](http://www.tabac-info-service.fr), un service mis en place par Santé publique France.



## ● L'alcool, 2<sup>e</sup> facteur de risque évitable de cancers

Sous-estimé, voire nié, le rôle de l'alcool est pourtant clairement établi dans le développement de nombreux cancers : bouche, pharynx, larynx, œsophage, côlon-rectum, sein... Ce risque augmente avec la dose d'alcool, quelles que soient les boissons consommées et sans effet de seuil repérable. En 2015, près de 28 000 nouveaux cas de cancers en France étaient attribuables à sa consommation soit 8 % des nouveaux cas de cancers toutes localisations confondues. L'alcool est ainsi le 2<sup>e</sup> facteur de risque de cancers évitables après le tabac. Parmi les 7 localisations de cancers attribuables à la consommation d'alcool, le cancer du sein est le plus fréquent avec 8 081 cas en 2015.

**L'alcool est classé cancérigène pour l'homme par le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC).** Deuxième facteur de risque de cancers, sa consommation est responsable, chaque année, de 28 000 nouveaux cas en France. Parmi les 7 localisations de cancers attribuables à ce facteur de risque, l'alcool, quel que soit son type, est la cause de 58 % des cancers de l'œsophage, 16 % des cancers du côlon et du rectum et 15 % des cancers du sein.



Les résultats de nouvelles études confirment l'association entre la consommation de boissons alcoolisées et les cancers des voies aérodigestives supérieures, de l'œsophage, du foie, de l'ensemble du côlon-rectum et du sein. L'augmentation du risque du cancer du pancréas, de l'estomac, de la prostate et du cerveau associée à la consommation élevée de boissons alcoolisées est également suggérée mais nécessite d'autres études pour confirmer cette relation<sup>5 6</sup>.

L'effet de la consommation de boissons alcoolisées dépend principalement de la quantité d'alcool apportée et non du type de boisson (vin, bière, apéritifs...).

Quel que soit le type d'alcool consommé, les verres « standard » servis dans les bars contiennent tous en général la même quantité d'alcool pur : un verre de vin (de 10 cl) aura donc le même effet cancérigène qu'un verre d'alcool fort (de 2 cl).

En France, le vin est la boisson la plus consommée au quotidien. En effet, parmi les consommateurs réguliers, 12 % ont bu du vin tous les jours, 2 % de la bière, et moins de 1 % ont consommé des spiritueux de façon quotidienne.

### **Une consommation d'alcool parmi les plus élevées dans le monde**

Si la consommation d'alcool en France baisse de manière régulière depuis les années 1960, elle reste cependant l'une des plus élevées d'Europe et dans le monde. La quantité d'alcool par habitant âgé de 15 ans et plus est passée de 26 litres d'alcool pur par an à 11,6 litres en 2013, soit

<sup>5</sup> INCa-NACRe, *Nutrition et prévention primaire des cancers : actualisation des données*, collection État des lieux des connaissances, INCa, juin 2015.

<sup>6</sup> Bagnardi V, Rota M, Botteri E. et al. *Alcohol consumption and site-specific cancer risk: a comprehensive dose-response meta-analysis*. Br J Cancer 2015; 112(3):580-93.

en moyenne 2 verres et demi « standard » ou « unité d'alcool » chaque jour, par habitant (un verre standard contient 10 g d'alcool pur). Toutefois, les modes de consommation évoluent : **la consommation quotidienne diminue**, tant chez les femmes que chez les hommes, la consommation plusieurs fois par semaine apparaît stable **mais les ivresses répétitives** (au moins trois dans l'année) **concernent une part grandissante de la population**. En dix ans, elle est passée de 9 % à 13,5 % pour l'homme et de 1,7 % à 5 % parmi les femmes.

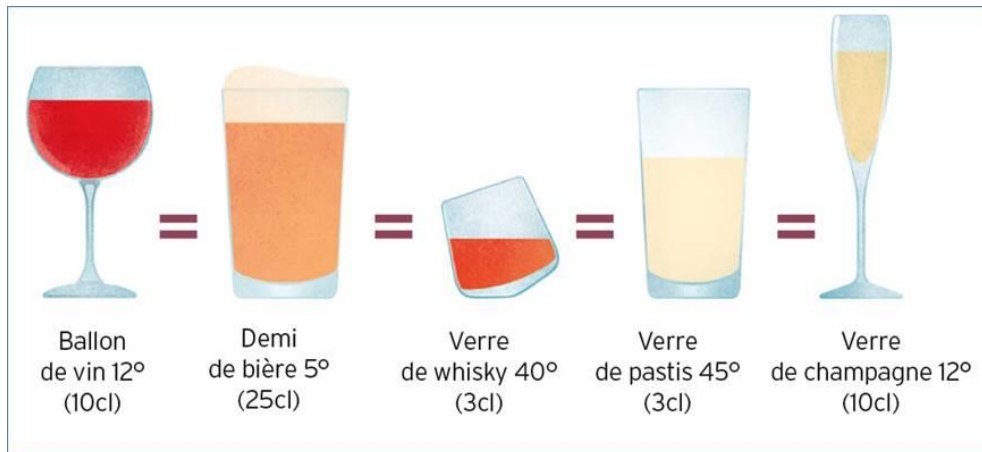
### **Les effets délétères de l'alcool sur la santé et sur la survenue des cancers restent sous-estimés par la population française**

Les premiers résultats du baromètre cancer 2015 montrent que les Français se disent bien informés des effets de l'alcool sur la santé. Pourtant, les opinions relatives à la dangerosité de l'alcool ont évolué entre 2005 et 2015. Certaines croyances sont plus répandues en 2015 qu'en 2005. Par exemple, l'assertion « boire des sodas et manger des hamburgers est aussi mauvais pour la santé que boire de l'alcool » est passée de 68,8 % à 76 %. Ces résultats révèlent **une mise à distance importante du risque de la consommation d'alcool sur la santé**.

### **Réduire ses risques de cancers liés à l'alcool**

Pour réduire efficacement le risque de développer un cancer lié à l'alcool, il est recommandé de limiter non seulement la quantité d'alcool bue à chaque occasion de consommation, mais aussi la fréquence de ces occasions.

Dans un [avis](#) rendu à l'Institut national du cancer et Santé Publique France en 2017, les experts ont proposé de nouveaux repères de consommation unique pour les deux sexes. Leur analyse est qu'aucune preuve scientifique ne permet de déterminer une limite de consommation sans sur-risque. Cet avis appelle à développer une approche de réduction des risques qui tienne compte à la fois des données de la science et de la tolérance spécifique de la Société à ce sur-risque. Aussi, d'un point de vue de santé publique et compte tenu des effets de l'alcool sur la santé, ils recommandent **de ne pas consommer plus de 10 verres « standard » par semaine, ce qui correspond en moyenne à 14 g par jour d'alcool, avec des jours sans consommation afin de limiter le risque pour la santé. Les experts proposent également de rappeler que toute consommation d'alcool comporte des risques pour la santé.**



**Valeur repère vs valeur seuil** : une « valeur repère » est une valeur indicative de consommation fondée scientifiquement mais qui, compte tenu des données et analyses disponibles, ne peut être déterminée de manière totalement objective, comme pourrait l'être une « valeur seuil ». Elle résulte d'une analyse scientifique et d'un arbitrage réalisé à l'échelle du pays selon les représentations et les consommations actuelles. Cette valeur repère reste à date une proposition formulée dans l'avis d'experts publié en 2017.

**Il faut environ 10 ans d'arrêt de la consommation d'alcool pour diminuer le risque de développer un cancer des voies aérodigestives. Après 20 ans d'arrêt, ce risque ne diffère plus significativement de celui des personnes qui n'ont jamais bu.**

Les informations, les adresses de consultations d'aide à l'arrêt et le soutien d'un médecin, c'est sur [www.alcool-info-service.fr](http://www.alcool-info-service.fr), un service mis en place par *Santé publique France*.

**Alcool et tabac : une consommation conjointe qui augmente fortement le risque de cancers**

Les effets de l'alcool sont renforcés quand ils sont associés à ceux du tabac : leurs actions conjointes augmentent considérablement les risques de cancers des voies aérodigestives supérieures. On estime par exemple que le risque de développer un cancer de la cavité buccale peut être multiplié par 45 chez les grands consommateurs de tabac et d'alcool.



**Tabac, alcool et cancers : interview de Catherine Hill**

Catherine Hill, épidémiologiste à l'Institut Gustave Roussy, revient sur les deux principaux facteurs de risque de cancers : le tabac et l'alcool.

## FICHE 4

# Les chiffres : de quelles études sont-ils issus ?

L'ensemble des chiffres diffusés par l'Institut national du cancer, et communiqués dans ce dossier de presse, sont issus d'études ou de rapports réalisés par l'Institut ou coordonnées en lien avec les principaux acteurs de l'observation et de l'évaluation de la santé en France et d'études publiées dans des revues scientifiques internationales de référence.

Ainsi, plus de 152 références ont été mobilisées et analysées notamment dans l'Avis d'experts, rendu à l'Institut national du cancer et à Santé publique France, relatif à l'évolution du discours public en matière de consommation d'alcool en France.

### Sur la perception des cancers

#### **Baromètre Cancer 2015, Institut national du cancer – Santé publique France, 2018**

Les données du baromètre cancer proviennent d'une enquête aléatoire par réalisée téléphone entre mai et octobre 2015. L'échantillon a inclus 3 931 personnes âgées de 15 à 75 ans résidant en France métropolitaine. Cette nouvelle édition, dont les chapitres thématiques sont publiés tout au long de l'année 2018, permet d'avoir une analyse comparative de trois mesures répétées (2005, 2010, 2015) sur une centaine d'items.

### Les chiffres d'épidémiologie sont issus du rapport :

#### **Les cancers en France, édition 2016, collection Les Données, Institut national du cancer, avril 2017 – Consultable [ici](#)**

La réalisation du rapport « Les cancers en France » repose sur un travail multidisciplinaire et transversal au sein de l'Institut, en collaboration avec les principaux producteurs de données tels que le réseau français des registres de cancer (Francim), le Registre national des hémopathies malignes de l'enfant (RNHE), le Registre national des tumeurs solides de l'enfant (RNTS), Santé publique France, l'Agence technique de l'information hospitalière (ATIH), la Caisse nationale d'assurance maladie des travailleurs salariés (Cnamts) l'Institut ITMO de l'Alliance Aviesan, ainsi que les réseaux professionnels et associatifs (la Fondation ARC pour la recherche contre le cancer, ou la Ligue contre le cancer). Il fait également référence aux études, enquêtes (VICAN2, Observatoire sociétal des cancers) et publications de nombreux organismes, comme l'Observatoire national des professions de santé (ONPDS) ou le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC).

### Les chiffres sur les facteurs de risque sont issus de l'étude du CIRC datée de 2007

*Attributable causes of cancer in France in the year 2000. CIRC 2007.*

### Les chiffres sur l'alcool sont issus des études :

**Avis d'experts relatif à l'évolution du discours public en matière de consommation d'alcool en France. Saint-Maurice : Santé publique, Boulogne-Billancourt : Institut national du cancer France, 2017. 149p. Consultable [ici](#)**

L'évolution des connaissances, du contexte législatif ainsi que le rapport de la Cour des Comptes publiés en juin

2016 ont conduit la Direction générale de la Santé et la Mission interministérielle de la lutte contre les conduites addictives à saisir l'Institut national du cancer et Santé Publique France afin d'obtenir des recommandations pour renouveler le discours public sur l'alcool en France. Un groupe d'experts a été constitué après appel à candidatures lancé par l'Institut national du cancer et Santé publique France. Les travaux ont pris en compte des auditions, une revue de la littérature, une modélisation du risque de décès attribuables à l'alcool en France et une enquête auprès de la population sur la perception du risque alcool et l'utilisation des repères de consommation. Cette analyse a abouti à la rédaction d'un avis d'experts. Cet avis propose entre autre une révision des repères de consommation d'alcool et recommande aux autorités un effort de cohérence du discours public intégrant des actions sur la fiscalité, l'encadrement de la publicité, des actions d'éducation, de communication et de marketing social.

**Sylvie Guérin, Agnès Laplanche, Ariane Dunant, Catherine Hill; *Alcohol-attributable mortality in France*, European Journal of Public Health, Volume 23, Issue 4, 1 August 2013, Pages 588–593, Consultable [ici](#)**

Les données d'enquêtes et de ventes ont permis d'estimer la répartition de la consommation d'alcool dans la population par sexe et par âge. Pour chaque cause de décès dont le risque est modifié par la consommation d'alcool, une fonction de risque a été tirée d'une méta-analyse récente. En combinant les données de prévalence de consommation et les risques, les fractions de mortalité attribuables à l'alcool ont été calculées ; ces fractions multipliées par les nombres de décès correspondants donnent le nombre de décès attribuables à l'alcool.