



Une vitamine contre le cancer ?

La vitamine D semble capable de contribuer à la prévention de certains cancers. Mais par quels mécanismes ? La biologie moléculaire commence à apporter des réponses à cette question.

Existe-t-il un lien entre vitamine D et cancer ? Autrement dit, la vitamine D protège-t-elle contre le cancer ou au moins contre certains cancers ? Il semble bien, en tout cas, que la déficience en cette vitamine et l'ostéoporose qui en est le corollaire constituent un facteur de risque de cancer du sein. El Ayoubi *et al.* ont étudié une cohorte de 635 patientes atteintes de cancer du sein. Près d'une sur trois accusait une ostéopénie ou une ostéoporose. Une déficience en vitamine D était plus fréquente chez les femmes ménopausées que chez celles qui ne l'étaient pas encore. La carence sévère était également plus fréquente après la ménopause. Près de la moitié de ces femmes déficientes en vitamine D et la même proportion de celles qui accusaient une ostéoporose ne pratiquaient qu'une activité physique très faible. Les apports alimentaires en vitamine D via les produits laitiers et les produits de la mer étaient significativement plus faibles chez celles qui étaient en déficit de vitamine D et chez les ostéoporotiques que chez les autres. Cette première approche permet donc de conclure à une forte prévalence de la carence en vitamine D et de l'ostéoporose chez les femmes victimes d'un cancer du sein.

Des faits concordants

Cela ne suffit évidemment pas à établir une relation de cause à effet. Mais les constats s'accumulent et on trouve des données du même ordre dans une autre étude, menée par Bilinski et Boyages², qui se sont adressés, eux, à un groupe de 214 femmes australiennes qui venaient récemment d'essuyer un diagnostic de cancer du sein. Pour les besoins de l'étude, elles ont été appariées à 852 sujets contrôles. Le taux plasmatique médian de 25(OH)D était significativement plus faible chez les malades que chez les contrôles. Une différence de ce type se manifestait aussi bien en été qu'en hiver. On notait encore une différence après stratification en fonction de l'âge ou du BMI, bien que dans ces deux cas, la significativité statistique ne soit pas atteinte. Mais dans une analyse de régression, le taux de 25(OH)D est apparu inversement proportionnel à l'odds ratio pour le cancer du sein. Et par rapport aux femmes qui avaient des taux plasmatiques suffisants de 25(OH)D, l'odds ratio pour le cancer du sein était supérieur à 2 chez les personnes en déficience ou en insuffisance en 25(OH)D.

»»

»»

Hollis *et al.*³, eux, sont allés plus loin encore, à propos du cancer de la prostate. Des études avaient en effet fait état d'une contribution de la vitamine D à la progression de cancers subcliniques de la prostate vers un stade clinique. Les auteurs ont examiné dans une étude ouverte des patients afro-américains au cancer récemment diagnostiqué. Cette population se caractérise à la fois par une prévalence élevée de déficience en vitamine D et une prévalence élevée de cancer de la prostate. Les auteurs ont fourni à ces patients une supplémentation de 4000 UI par jour de vitamine D₃ pendant un an. Leurs résultats suggèrent un bénéfice pour la vitamine : la biopsie n'était plus positive que chez la moitié des participants.

Un mécanisme possible

Il semble en fait, expliquent Nemazannikova *et al.*⁴, que la vitamine D puisse prévenir l'initiation et la progression de certains cancers de la peau. Il est vrai, expliquent ces auteurs, que la vitamine D est impliquée dans la régulation de nombreuses voies de signalisation intracellulaire potentiellement concernées par la carcinogenèse. Dès lors, il est possible que le récepteur de la vitamine D soit lui-même un régulateur de la croissance et de la différenciation cellulaire. L'hypothèse d'un tel mécanisme devrait être explorée dans tous les cancers pour lesquels on connaît un lien avec la vitamine D. ●

Dr J. Andris

Références

1. Bener A, El Ayoubi HR. The role of vitamin D deficiency and osteoporosis in breast cancer. *Int J Rheum Dis.* 2012; 15(6): 554-61. doi:10.1111/1756-185x.12017.
2. Bilinski K, Boyages J. Association between 25-hydroxyvitamin D concentration and breast cancer risk in an Australian population: an observational case-control study. *Breast Cancer Res Treat.* 2012 Dec 14. [Epub ahead of print].
3. Hollis BW, Marshall DT, Savage SJ *et al.* Vitamin D(3) supplementation, low-risk prostate cancer, and health disparities. *J Steroid Biochem Mol Biol.* 2012 ; pii: S0960-0760(12)00245-2. doi: 10.1016/j.jsbmb.2012.11.012. [Epub ahead of print]
4. Nemazannikova N, Antonas K, Dass CR. Role of vitamin D metabolism in cutaneous tumour formation and progression. *J Pharm Pharmacol.* 2013 Jan;65(1):2-10. doi: 10.1111/j.2042-7758.2012.01527.x. Epub 2012 Apr 25.

Les vitamines ne sont pas dangereuses

Ces derniers mois, la presse n'a cessé de publier des articles donnant les compléments de vitamines (ou d'anti-oxydants) pour dangereux. Nous aimerions éclaircir la situation.

D'abord, il faut savoir qu'une réglementation a posé des dosages maximaux en Belgique et en Europe (!). De plus, il faut savoir que les compléments de vitamines s'adressent aux personnes en bonne santé afin de maintenir ou de préserver cette bonne santé. Il est clair que les personnes malades nécessitent un traitement particulier.

Rapporter des résultats d'études menées avec des dosages supérieures aux maxima (qui en plus ne sont pas librement disponibles dans le commerce) ou des résultats d'études faites chez des malades graves ne sont pas d'utilité pour Monsieur et Madame Tout-le-Monde.

La prudence est de mise aussi bien avec les « reviews » au titre accrocheur qu'avec les sommaires ou commentaires même d'« experts ». Il faut toujours bien étudier ces publications.

Conclusion :

les vitamines ne sont pas dangereuses : les produits qui sont librement disponibles sur le marché (intra EU!) sont réglementés et contrôlés. Si le consommateur se tient à la posologie journalière conseillée les vitamines, les anti-oxydants et les compléments alimentaires en général ne sont pas dangereux et même bénéfiques pour satisfaire aux besoins en vitamines et en minéraux afin d'éviter des carences (le fer, le calcium, les vitamines B, la vitamine D, le magnésium, les oméga-3, le sélénium etc).

D'après un communiqué de Pharma Nord

