

# La charcuterie et les viandes accusées de favoriser le cancer

Par [AFP](#) — 26 octobre 2015 à 12:00 (mis à jour à 19:08)

Saucisses, jambon, hot-dogs, corned beef, et dans une moindre mesure, les viandes à l'exception de la volaille, pourraient favoriser le cancer, selon une étude internationale qui devrait porter un nouveau coup à la consommation et à la filière de la viande.

En se basant sur plus de 800 études, le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC), l'agence cancer de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a classé lundi la viande transformée, essentiellement la charcuterie, dans la catégorie des agents «cancérogènes pour l'homme», tandis que les viandes rouges - qui, selon le CIRC, incluent le porc et le veau - ont été classée comme «probablement cancérogènes».

Parmi les cancers les plus fréquemment associés à la viande figure le cancer colorectal et dans une moindre mesure les cancers de la prostate et du pancréas, selon les auteurs de l'étude.

Les produits de viande transformée incluent également les lanières de bœuf séché, les viandes en conserve et les préparations et les sauces à base de viande, selon le CIRC qui ne mentionne en revanche pas explicitement les hamburgers.

Le fait de ranger les charcuteries, et autres viandes transformées, dans le groupe des agents qui sont causes de cancer, comme le tabac ou l'amiante, ne veut pas pour autant dire qu'ils sont aussi dangereux.

En effet, selon les estimations les plus récentes d'un organisme de recherche indépendant, 34.000 décès par cancer par an environ dans le monde seraient imputables à une alimentation riche en charcuteries, contre un million de décès par cancer par an imputables au tabac, 600.000 à l'alcool et plus de 200.000 à la pollution atmosphérique.

- Un risque qui augmente avec la quantité consommée -

«Pour un individu, le risque de développer un cancer colorectal en raison de sa consommation de viande transformée reste faible, mais ce risque augmente avec la quantité de viande consommée», explique le Dr Kurt Straif, du CIRC.

Selon des données provenant d'une dizaine d'études, «chaque portion de 50 grammes de viande transformée consommée tous les jours augmente le risque de cancer colorectal de 18%», tandis que le risque de cancer colorectal pourrait augmenter de 17% pour chaque portion de 100 grammes de viande consommée par jour.

Le CIRC reconnaît toutefois qu'on «ne sait pas encore bien comment la viande rouge et la viande transformée accroissent le risque de cancer», même si des présomptions pèsent sur le rôle du fer héminique (présent dans le sang contenu dans la viande). Les modes de conservation tout comme les modes de cuisson à haute température pourraient également contribuer au risque cancérigène mais, souligne le CIRC, «leur rôle n'est pas encore parfaitement compris».

Les auteurs de l'évaluation ne recommandent pas pour autant une alimentation végétarienne, relevant que les régimes végétariens et les régimes carnés ont «des avantages et des inconvénients différents pour la santé».

La viande, rappellent-ils, fournit des protéines, du fer, du zinc et des vitamines B.

Plusieurs chercheurs indépendants ont salué l'évaluation, relevant que l'existence d'un lien entre viande ou charcuterie et cancer colorectal était connu depuis déjà un certain temps.

«Cela ne signifie pas que vous devez arrêter de manger de la viande rouge ou transformée. Mais si vous en mangez beaucoup, vous devriez peut-être penser à réduire» a estimé le Pr Tim Key, un épidémiologiste au centre britannique de recherche sur le cancer.

L'évaluation du CIRC a aussitôt été dénoncée par la filière de la viande, déjà accusée de favoriser le réchauffement climatique.

L'évaluation «défie le bon sens», a réagi l'Institut nord américain de la viande (NAMI) qui représente l'interprofession du secteur. Elle souligne que «la science a montré que le cancer est une maladie complexe qui n'est pas provoquée par de simples aliments». «Il est clair» que de «nombreux» auteurs de l'évaluation, ajoute l'Institut, «ont trituré les données pour obtenir un résultat bien précis».

«Je ne veux pas qu'un rapport comme celui-là mette encore plus la panique chez les gens», a déclaré pour sa part le ministre français de l'Agriculture Stéphane Le Foll. «On peut et on doit consommer de la viande, mais on doit le faire de manière raisonnable», a-t-il ajouté.