

Consommation d'alcool et risque de cancer

Des études ont démontré le rôle de l'alcool, même consommé à des doses très faibles, dans le développement de certains cancers. L'Institut national du cancer met à la disposition de la population l'état des connaissances des facteurs de risque de cancers.

Les références entre crochets renvoient à la Bibliographie générale p. 61.

Agnès Buzyn

Présidente de l'Institut national du cancer

L'alcool, source de plaisir, de convivialité et de fierté culturelle pour de nombreux consommateurs est également responsable d'importants dommages sanitaires et sociaux. Sa consommation en France a certes fortement diminué depuis 50 ans, mais le niveau de consommation d'alcool était si élevé que malgré cette baisse, il reste préoccupant. Aujourd'hui, l'alcool est le deuxième facteur de risque évitable de cancers et est responsable de 49 000 morts par an, toutes pathologies confondues. Il continue, ainsi, d'être un problème majeur de santé publique. Face à la hauteur des enjeux sanitaires, il est impératif que les pouvoirs publics osent aborder cette question en inscrivant la mise en œuvre d'une nouvelle politique de santé publique sur l'alcool dans l'agenda politique. Une approche globale de la problématique doit être privilégiée. Ces dernières années, seules des actions ciblant certains individus (les jeunes, les dépendants, les femmes enceintes) ou des situations à risque spécifique (l'alcool au volant, l'ivresse en public) ont été menées par les pouvoirs publics.

Ce besoin de mise en place d'une véritable politique de santé dans le domaine de l'alcool avait déjà été soulevé lors des États généraux de l'alcool en 2006. Les principaux objectifs de cette démarche étaient d'informer pour permettre à chacun de s'approprier des connaissances fiables et stabilisées sur la consommation d'alcool et ses effets, de débattre et surtout de mobiliser des acteurs pour faire émerger une forte conscience individuelle et collective.

C'est dans ce contexte de mise à la portée

de tous des informations claires, précises et validées scientifiquement pour permettre à chacun d'être acteur de sa santé, que depuis 2006, l'Institut national du cancer (INCa) contribue à l'actualisation des données sur les relations entre consommation des boissons alcoolisées et cancers et à leur diffusion auprès du grand public et des professionnels de santé.

Alcool et cancers : un lien avéré

La littérature scientifique concernant le lien entre la consommation de boissons alcoolisées et le risque de cancers est abondante et converge pour affirmer que l'alcool est un cancérigène avéré pour l'homme. Dès 1988, le Centre international de recherche sur le cancer, affilié à l'Organisation mondiale de la santé, a classé les boissons alcoolisées dans le groupe des agents cancérigènes pour l'homme puis, en 2007, il a ajouté dans cette classe d'agents cancérigènes, l'éthanol apporté par les boissons alcoolisées et, en 2009, l'acétaldéhyde (métabolite de l'éthanol) associé à la consommation d'alcool. La consommation d'alcool est estimée, en 2009, être responsable de plus de 15 000 décès par cancers en France, ce qui signifie qu'une personne sur 10 décède d'un cancer à cause de sa consommation d'alcool [38]. Près de 70 % des cancers des voies aérodigestives supérieures (bouche, pharynx, larynx, œsophage), 24 % des cancers du foie, 20 % des cancers colorectaux et 17 % des cancers du sein sont attribuables à l'alcool. Dans le cadre d'un travail d'expertise et d'actualisation des données, mené par l'INCa en 2014 [44], les résultats de nouvelles études confirment l'association entre la consommation de boissons



alcoolisées et ces cancers. L'augmentation de risque du cancer du pancréas associée à la consommation élevée de boissons alcoolisées est également suggérée.

Le risque existe même à faible dose quotidienne. Chaque verre supplémentaire consommé par jour augmente le risque de cancer de la cavité orale de 28 %, du larynx de 20 %, du pharynx de 32 %, du sein de 10 %, du côlon-rectum de 10 % et du foie de 10 % [44]. La consommation de moins d'un verre par jour augmente le risque de cancers oropharyngés de 17 %, de l'œsophage de 30 % et du sein de 5 % [6]. L'augmentation du risque est liée à la quantité d'éthanol contenu dans les boissons alcoolisées. Pour rappel, une chope ou une canette de bière, un verre de vin rouge, blanc ou rosé, une coupe de champagne, un verre de whisky, de pastis ou de cognac tels que servis dans les bars contiennent tous la même quantité d'alcool pur : environ 10 grammes pour un verre.

La consommation d'alcool et les maladies cardiovasculaires : un bienfait discutable

À la différence de la relation entre cancers et alcool, la littérature scientifique concernant le lien entre la consommation d'alcool et les maladies cardio-vasculaires (cardiopathie ischémique et accident ischémique cérébral) et le diabète semble montrer des effets bénéfiques d'une consommation modérée d'alcool, résultats toutefois contestés de par les biais méthodologiques de ces études. Les bénéfices associés à une faible consommation d'alcool concernent essentiellement les personnes d'âge moyen et plus (à partir de 45 ans) pour lesquelles le risque de maladie cardiaque devient important [16].

Il apparaît donc que la consommation d'alcool à faible dose présente deux aspects contradictoires : elle peut être nocive et, en même temps, elle peut améliorer la santé. Les conseils en matière de consommation d'alcool doivent tenir compte de la complexité de ces effets pour pouvoir évaluer l'équilibre entre les bienfaits et les risques. L'avis du Haut Conseil de la santé publique relatif aux recommandations sanitaires en matière de

consommation d'alcool du 1^{er} juillet 2009 préconisait d'examiner cette relation bénéfique/risque de la consommation d'alcool à faible dose. Depuis aucun travail de synthèse mené en France n'a abouti pour pouvoir permettre d'éclaircir cette question.

D'après un rapport canadien [16], la probabilité de profiter des bienfaits de l'alcool sur la santé apparaît à des niveaux de consommation compris entre 0,5 et 1 verre par jour. De même, des chercheurs anglais ont développé un modèle de simulation estimant simultanément les nombres de décès par maladie coronarienne, accident vasculaire cérébral, maladie hypertensive, diabète, cirrhose, épilepsie, et cinq types de cancers qui seraient évités ou retardés chaque année à la suite d'un changement de consommation de la population en Angleterre. La consommation optimum pour éviter le maximum de décès dus à l'alcool est estimée à 5 g/jour (environ 0,5 verre) [56].

Une politique de prévention basée sur la pédagogie

L'Institut national du cancer, agence d'expertise sanitaire et scientifique, a un rôle d'information auprès de l'ensemble de la population sur l'état des connaissances des facteurs de risque de cancers. Les données scientifiques nous permettent ainsi d'affirmer que pour la prévention des cancers, il n'existe pas de bienfaits de la consommation d'alcool. Il est donc de notre devoir de faire connaître massivement le risque de cancer attribuable à l'alcool pour que chaque individu soit libre de choisir les risques qu'il souhaite prendre, ou pas, pour sa santé. Il ne s'agit en aucun cas d'une démarche de prohibition mais de sensibilisation de l'ensemble de la population, et non uniquement des forts consommateurs, pour qu'elle prenne conscience du risque.

Les messages de prévention des risques liés à la consommation des boissons alcoolisées se heurtent à de nombreuses difficultés. L'alcool en France, et en particulier le vin, fait indéniablement partie du patrimoine culturel et est généralement associé à des valeurs de partage et de convivialité. Le fait

que l'alcool représente un poids économique important constitue également un frein aux actions de prévention. La France est le premier producteur et exportateur mondial de vin. Elle se situe au 5^e rang européen pour la production de bière, et au 3^e rang européen pour les spiritueux. La filière alcool représente près de 665 000 emplois directs ou indirects en France (source Inpes). En outre, l'alcool est un sujet tabou, un sujet de déni individuel et collectif et la banalisation de la consommation d'alcool, en fait un sujet dont l'ambivalence est forte, et donc particulièrement difficile à aborder. Il en résulte une méconnaissance du risque et une relativisation de la dangerosité de l'alcool par rapport à d'autres facteurs de risque de cancers, y compris dans les relais d'opinion tels que les professionnels de santé.

Il est surprenant de constater que la stratégie de prévention des alcooliers, n'ayant pourtant pas l'objectif d'une réduction de consommation de l'ensemble de la population, cible des populations spécifiques similaires à celles des pouvoirs publics (campagne « 2-3-4-0 »). La question du lobby alcoolier auprès des élus, dont nombreux proviennent de territoires viticoles, mérite également d'être investiguée.

D'un point de vue de santé publique et compte tenu des effets de l'alcool sur la santé et de la mortalité attribuée, on peut s'interroger sur la pauvreté des politiques de prévention visant à protéger la population des risques contre l'alcool. Autant les mesures de prévention visant à sensibiliser sur les dangers de l'alcoolisation aiguë avec les risques immédiats liés à l'ébriété tels que la violence et les accidents de la route sont mises en place, autant celles sur les dangers de l'alcoolisation chronique, comme la consommation même à faible dose, augmentant sur le long terme le risque notamment de cancers, ne sont que peu développées. Ainsi, il est important qu'il y ait une mobilisation collective de l'ensemble des acteurs de la société civile (associations d'entraide, de patients, professionnels de santé, chercheurs...) pour accompagner une politique plus globale de prévention du risque alcool, fondée sur la pédagogie. 🍷