Quelle est la place de l'activité physique dans la lutte contre le cancer ?

Par ***admin***
Créé le ***05/03/2010 - 00:00***

Quelle est la place de l'activité physique dans la lutte contre le cancer ?

Jeudi, 04/03/2010 - 23:00 0 commentaire

zoom

Les cellules tueuses naturelles (Natural Killer cells), dont on connaît l'importance dans la lutte contre les cellules cancéreuses et dans le domaine immunitaire, voient leur activité cytotoxique augmenter après un programme d'activité physique modérée par rapport à une activité sédentaire, ce qui pose clairement la question de l'intérêt de l'activité physique en prévention, et en tant que thérapeutique.

Reste à savoir ce qu'il en est réellement, ce qu'une équipe finlandaise a tenté de déterminer de manière prospective sur 2 560 hommes suivis en moyenne durant 16,7 ans à l'aide du questionnaire ***Leisure-Time Physical Activity*** (LTPA). Il en ressort qu'une augmentation de 1,2 MET* de l'intensité moyenne de la LTPA est liée à une moindre mortalité, principalement par cancer pulmonaire et gastro-intestinal (RR = 0,85), même après correction pour l'âge, la consommation d'alcool et de tabac, l'IMC et l'ingestion de graisses et de fibres.

De plus, le risque de décès par cancer est réduit de 37 % chez les hommes qui pratiquent une activité équivalente à 5,2 METs (quartile le plus haut) par rapport à ceux dont l'activité est mesurée à 3,7 METs

(quartile le plus bas)

Les auteurs ont par ailleurs tenté de traduire ces bénéfices en se basant sur la VO2max. Ils ont pu démontrer ainsi qu'atteindre une VO2max > 33,2 ml/kg/min (tertile le plus haut) réduit de 37 % l'incidence d'un cancer par rapport à ceux dont la VO2 max reste < 26,9 ml/kg/min (tertile le plus bas), essentiellement par réduction du risque de cancer du poumon. Enfin, chez les personnes dont la VO2max est > 26,9ml/kg/min, le risque de cancer est réduit de 27 % à la condition de dépenser plus de 2 500 kcal/sem au cours d'activités physiques.

Cet effet protecteur semble passer également par une action sur l'insuline, un facteur connu de prolifération cellulaire, dont le taux baisse dans les 24 à 36 heures qui suivent une activité physique, et une atténuation de la sécrétion de l'Insulin Growth Factor. De plus, l'exercice réduit la sécrétion de certaines cytokines inflammatoires et exerce un effet positif sur l'immunité.

JIM

Noter cet article :

Recommander cet article :

-
- Tweeter
-

- **Nombre de consultations :** 79
- **Publié dans :** Médecine
- **Partager :**
  - Facebook
  - Viadeo
  - Twitter
  - Wikio

Médecine activité physique cellules

URL source: https://www.rtflash.fr/quelle-est-place-l-activite-physique-dans-lutte-contre-cancer/article