

La vitamine D diminue les risques de cancer du sein

Par *admin*

Créé le 13/04/2006 - 23:00

La vitamine D diminue les risques de cancer du sein

Jeudi, 13/04/2006 - 22:00 [0 commentaire](#)

- [Diminuer la police](#)
- [Augmenter la police](#)
- [Imprimer](#)
- [Version PDF](#)

•

- [Tweeter](#)

•

•

0 avis :



[zoom](#)

Selon des études présentées par l'American Association for Cancer Research, les femmes qui prennent de la vitamine D ont moins de risque de développer un jour un cancer du sein ou des ovaires.

Alors que les facteurs de risque pour le cancer du sein et celui des ovaires incluent la ménopause, l'obésité, les antécédents familiaux et des mutations génétiques spécifiques, les chercheurs cherchent également à comprendre le rôle du régime alimentaire dans son développement, en vue de d'améliore le traitement et la prévention des cancers. Lors de la quatre-vingt-dix-septième réunion annuelle de l'association américaine pour la recherche sur le cancer (American Association for Cancer Research), deux groupes de scientifiques ont présenté des résultats sur les propriétés préventives éventuelles de la vitamine D contre le cancer du sein. Deux autres groupes de scientifiques ont présenté leurs travaux sur le rôle d'antioxydants, les flavonoïdes qui pourraient empêcher le cancer du sein et le cancer ovarien.

Une première étude menée par des chercheurs de l'institut de recherche de Samuel Lunenfeld à l'hôpital Toronto suggèrent que la vitamine D peut jouer un rôle significatif dans la réduction du risque de cancer de sein. Les résultats, ont montré une réduction importante du risque de cancer du sein parmi des sujets exposés à des niveaux élevés de vitamine D, le risque diminuant d'autant plus qu'ils étaient jeunes. Cette

étude a concerné 576 femmes qui avaient le cancer de sein et 1.135 autres femmes sans cancer. Les scientifiques ont découvert des réductions significatives du cancer de sein parmi celles qui avaient notamment consommé de l'huile de foie de morue, ou qui avaient exercé des activités de plein air comme des activités physiques. Le corps produit naturellement de la vitamine D avec l'exposition au Soleil, mais cette méthode est controversée en raison des risques associés au cancer de la peau.

Selon les chercheurs, exercer des activités de plein air, entre 10 et 19 ans, a comme conséquence de réduire de 40 % le risque de cancer de sein. Entre 10 et 29 ans, les activités de plein air abaisseraient le risque de cancer de sein de 35 % environ. Prendre de l'huile de foie de morue, entre 10 et 19 ans réduit le risque de cancer du sein de 25 %, consommer au moins 9 verres de lait chaque semaine entre 10 et 29 ans réduirait ce risque de 35 %.

Selon la deuxième étude américaine, les doses croissantes de vitamine D peuvent aider à empêcher le cancer de sein. Une haute teneur en vitamine D pourrait se traduire par une réduction de 50 % du risque de cancer du sein, selon cette étude menée auprès de 1.760 femmes. Environ 1000 unités internationales (UI) de vitamine D devraient être consommées quotidiennement, à partir de médicaments ou d'une nourriture enrichie en vitamine D, alors qu'un Américain moyen n'en consomme que 320 UI. La limite supérieure à la prise de la vitamine D établie par la National Academy of Sciences est de 2.400 IU jour.

[NIH](#)

Noter cet article :

Recommander cet article :

-
- [Tweeter](#)
-
- **Nombre de consultations :** 75
- **Publié dans :** [Médecine](#)
- **Partager :**
 - [Facebook](#)
 - [Viadeo](#)
 - [Twitter](#)
 - [Wikio](#)

[Médecine](#)

URL source: <https://www.rtf.fr/vitamine-d-diminue-risques-cancer-sein/article>