The IMS is a non-profit organization catering exclusively to the requirements of the worldwide meat and livestock sector

Mise en perspective de l'évaluation du CIRC sur la viande rouge et les produits carnés transformés

Quelle est la conclusion de l'évaluation du CIRC ?

Le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC) a publié son évaluation sur la cancérogénicité de la viande rouge et des produits carnés transformés le 26 octobre 2015 dans la revue médicale britannique *The Lancet Oncology*. Un Groupe de travail de 22 scientifiques en provenance de 10 pays a évalué les preuves disponibles pour déterminer si la viande rouge et la viande transformée devaient être classées comme cancérogènes.

Le CIRC a classé la consommation de viande rouge comme «probablement cancérogène pour l'homme » (Groupe 2A) car le Groupe de travail a considéré comme limitées les preuves chez l'homme. Il ne pouvait pas exclure les conséquences induites par d'autres facteurs liés à l'alimentation et au mode de vie, parmi lesquels le surpoids/l'obésité, le tabac, l'alcool et la faible consommation de légumes, céréales complètes et légumineuses.

Le CIRC a classé la consommation de viande transformée comme «cancérogène pour l'homme» (Groupe 1) car la majorité du Groupe de travail a considéré les preuves comme suffisamment cohérentes pour conclure que toute autre explication du risque accru associé à la viande transformée était peu probable. Le CIRC constate surtout que le risque est faible et lié à la taille des portions et que la consommation de viande transformée ne présente pas le même risque que les autres agents du Groupe 1 tels que le tabac ou le soleil.

Qu'est-ce que le CIRC, et pourquoi a-t-il procédé à une évaluation de la viande rouge et de la viande transformée ?

Le CIRC est l'institution de recherche cancérologique spécialisée de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Il a pour objectif de promouvoir la collaboration internationale dans la recherche sur le cancer. Un comité consultatif international réuni en 2014 a recommandé l'évaluation en priorité de la viande rouge et de la viande transformée par le Programme des monographies du CIRC. Cette recommandation s'appuyait sur des études épidémiologiques laissant entendre qu'il était possible d'associer de petites augmentations de risques de plusieurs cancers à une consommation élevée de viande rouge ou de viande transformée.

Que signifie l'évaluation du CIRC ?

Le CIRC réalise des analyses de risques, et non des évaluations de risques. Cette distinction a son importance. Cela signifie que le CIRC considère que la viande, à un certain niveau, dans certaines circonstances, pourrait constituer un risque. L'évaluation du CIRC ne donne pas d'indication du niveau de risque dans la réalité.

En outre, la classification (probablement cancérogène, ou cancérogène) se base sur le degré de certitude du CIRC quant au rapport entre un agent (viande) et le cancer. Elle ne vise pas à démontrer qu'un agent est aussi dangereux que d'autres agents du groupe. Il est clair que la viande et le tabac ne représentent pas le même risque.

Le CIRC ne recommande pas la quantité de viande que nous devrions consommer

Selon le CIRC, « il s'agit d'un organisme de recherche qui évalue les preuves disponibles sur les causes de cancer mais qui ne formule pas de recommandations en matière de santé en tant que telles ». Le Groupe de travail n'a pas été en mesure de parvenir à une conclusion sur un niveau de consommation de viande acceptable et considère qu'il appartient à chaque pays de fixer ses propres recommandations en termes de consommation de viande sur la base d'une évaluation minutieuse des risques et bénéfices de la viande rouge pour ses propres populations.

Par ailleurs, selon le CIRC, consommer de la « viande présente des bienfaits connus pour la santé. Nombre de recommandations nationales de santé préconisent de limiter la consommation de viande rouge et de produits carnés transformés, qui augmentent les risques de mourir d'une crise cardiaque, du diabète ou d'autres maladies. »

5 rue Lespagnol
75020 Paris, France

Phone: +33 (0)1 4493 6020
Fax: +33 (0)1 4493 6001

www.meat-ims.org

Le CIRC reconnaît qu'on ne comprend pas encore très bien comment la viande rouge ou la viande transformée augmente le risque de cancer par rapport aux mécanismes proposés impliquant des hydrocarbures aromatiques polycycliques (HAP) et des amines hétérocycliques générés par les modes de cuisson à haute température (source : **http:// www.iarc.fr/en/media-centre/ iarcnews/pdf/Monographs-Q&A_ Vol114.pdf)**

Existe-t-il un consensus scientifique sur la viande rouge ou transformée et le cancer ?

Il convient de remarquer que la décision du Groupe de travail n'a pas été prise à l'unanimité. Le manque de consensus de l'évaluation indique que les preuves ne sont pas concluantes et que, par conséquent, la communauté scientifique ne partage pas un point de vue unique. Cette évaluation ne présente pas de nouveaux éléments de preuve. Elle s'appuie sur des ouvrages scientifiques existants.

L'évaluation du CIRC, comme nombre d'études sur les résultats desquelles elles se fondent, s'appuie sur des analyses de corrélation statistique. De nombreuses études analogues ne démontrent aucune corrélation significative. Les deux études récentes ci-après illustrent ce propos :
http://www.tandfonline.com/doi/ abs/10.1080/07315724.2014.99 2553
http://www.ncbi.nlm.nih.gov/ pubmed/26043666

Que cela signifie-t-il pour le rôle de la viande rouge dans une alimentation saine ?

Ce rapport ne signifie pas qu'il faut exclure de l'alimentation viande rouge et produits carnés transformés. Le CIRC et l'OMS ont averti que leurs conclusions concernaient spécifiquement des consommations excessives. Dans le même temps, l'OMS a souligné que la viande rouge avait un intérêt nutritionnel et que les résultats sont importants pour trouver un juste équilibre entre risques et bénéfices induits par la consommation de viande rouge et de viande transformée.

Le cancer est une maladie complexe. Une multitude de facteurs contribuent au risque de maladie chronique, y compris de cancer. Il n'existe pas, à notre sens, de preuves sérieuses donnant à penser que la viande rouge ou transformée, consommée dans le cadre d'une alimentation équilibrée, augmente le risque de cancer. On ne connaît pas un seul aliment dont il ait été prouvé qu'il pouvait causer ou guérir un type de cancer quelconque.

Il était important de noter que l'évaluation du CIRC reconnaissait bien l'importance de la viande rouge et de la viande transformée dans le cadre d'une alimentation saine. Outre le fait qu'elle apporte des protéines de grande qualité, la viande rouge ou transformée constitue une source importante de nutriments tels que les vitamines B, le fer et le zinc, qui favorisent la croissance, le développement, l'entretien et la réparation du corps. Certains segments de la population –par exemple, les enfants, les adolescentes et les femmes en âge de procréer - peuvent bénéficier d'une portion supplémentaire de viande rouge ou transformée.

Les liens ci-dessous vers les directives alimentaires recommandées pourront être consultés :

Australia
www.eatforhealth.gov.au/
www.mlanutrition.com.au

Canada
www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-eng.php
www.cpc-ccp.com/nutrition.php

Denmark
www.altomkost.dk/raad-og-anbefalinger/de-officielle-kostraad/

France
www.mangerbouger.fr/bien-manger/que-veut-dire-bien-manger-127/les-9-reperes/
www.la-viande.fr/nutrition-sante/place-viande-dans-votre-alimentation

Ireland
www.bordbia.ie/consumer/aboutfood/nutrition/pages/default.aspx

New Zealand
www.health.govt.nz/publication/eating-and-activity-guidelines-new-zealand-adults
www.recipes.co.nz/NUTRITION/nutritionfaqs.html

Norway
www.helsenorge.no/kosthold-og-ernaring/kostrad/velg-magert-kjott

South Africa
www.fao.org/3/a-as842e.pdf

United Kingdom
www.meatmatters.redmeatinfo.com/info/default.aspx

United States
www.meatpoultrynutrition.org/
www.factsaboutbeef.com/
https://www.pork.org/cooking/nutrition

URUGUAY
www.meaturuguay.com/es/uruguayan-meat/health/

Wales
www.hccmpw.org.uk/health_education/