La prévention des maladies cardiovasculaires protège contre le cancer

Compte Test - 2013-03-28 14:18:00 - Vu sur pharmacie.ma

Une étude de l'American Heart Association, publiée mardi dans la revue Circulation a révélé que les mesures de prévention des maladies cardio-vasculaires, réduisent significativement le risque de cancer.

L'équipe de Laura Rasmussen-Torvik à l'université Northwestern à Chicago a suivi l'état de santé de plus de 13.000 adultes sur près de 20 ans. Ils ont mis en parallèle le nombre de cancers que les membres du groupe avaient développés avec leur hygiène de vie, évaluée selon 7 critères: quatre comportements (tabagisme, alimentation, activité physique, contrôle du poids) et trois indicateurs (taux de cholestérol, glycémie et pression artérielle).

Les résultats ont montré que les personnes qui cumulaient six «bonnes pratiques», dont l'absence de tabagisme, avaient 51% de risques en moins d'avoir un cancer par rapport à celles qui ne respectaient aucune des recommandations. Le fait de fumer reste le levier de prévention le plus important car cette habitude favorise l'apparition de tous les types de cancer et pas seulement la forme pulmonaire. Même lorsque le tabagisme n'est pas pris en compte, le respect des autres règles réduit encore significativement le risque de développer une tumeur (du poumon, du sein ou du côlon). Mais cela nécessite un peu plus de rigueur, car pour voir la menace du cancer reculer de 25%, il faut être quasi-irréprochable sur le reste (5 ou 6 «bonnes pratiques» sur 6).