

L'effet inattendu et inquiétant des antioxydants sur le cancer



Connus depuis plus de 20 ans pour leurs effets protecteurs sur les radicaux libres, les antioxydants viennent de se voir attribuer de nouvelles propriétés.

Avec Roland
Moreau

Atlantico : Les chercheurs de l'Université du Texas Southwestern Medical Center viennent de révéler que les antioxydants ont pour effet d'augmenter le processus de prolifération des cellules cancéreuses. Pouvez-vous nous en dire davantage sur cette étude ?

Roland Moreau : Le titre du Washington Post qui relate la publication de ces chercheurs dans la revue Nature est particulièrement édifiant : "La dernière étude sur les antioxydants est terrifiante". Les antioxydants sont connus du public depuis les années 1990 à la suite de publications scientifiques qui démontraient leur utilité dans la lutte contre le stress oxydatif qui intervient dans la formation des cancers.

Dans l'article de Nature, Morrison a comparé un groupe de souris atteintes de mélanomes non traité et un groupe traité par un antioxydant (le NAC). Les résultats sont alarmants : les souris sous antioxydant ont un nombre beaucoup plus important de cellules, de tumeurs et de métastases que le groupe non traité.

Des études similaires ont montré que les antioxydants favorisent également les cancers de la prostate. Pour le cancer du poumon, plusieurs études ont établi que des compléments à base de vitamine E ou d'acétylcystéine entraînaient une augmentation importante du nombre des tumeurs.

Morrison conclut : "Personnellement, si j'avais un cancer, je ne prendrais pas d'antioxydants".

Le "stress oxydatif" est avancé comme explication de ce phénomène. Pouvez-vous nous expliquer cette notion ?

Le stress oxydatif résulte de l'action de molécules très réactives appelées "radicaux libres" qui agressent et détruisent des composants des cellules et en particulier l'ADN. En l'absence de tabagisme, d'excès d'alcool, de soleil, de sucre ou de sédentarité, ces radicaux libres sont neutralisés dans l'organisme par des antioxydants naturels fournis par l'alimentation (vitamines C et E, carotène, oligo-éléments divers, etc). Mais dès que les radicaux libres envahissent massivement les cellules, le combat devient inégal. Les antioxydants naturels de l'organisme sont débordés. Les radicaux libres font alors des ravages sur l'ADN en provoquant des mutations sur les gènes qui entraînent l'apparition de cancers.

~~Au cours des années 1980-1990, des médecins se sont dit qu'il suffisait de fournir des suppléments alimentaires à base de vitamines~~

A, C, E, de sélénium et de folates puisque les antioxydants étaient débordés. Mais ils n'avaient pas prévu que l'effet bénéfique des antioxydants sur les cellules saines était aussi bénéfique sur les cellules cancéreuses. Résultat : les antioxydants favorisent les cellules cancéreuses qui ont la propriété de se développer plus rapidement que les cellules saines. Le bilan est globalement négatif. Les suppléments alimentaires à base d'antioxydants favorisent donc l'apparition des cancers et augmentent leur dissémination et cela explique les résultats des travaux de Morrison.

Les résultats de cette étude signifient-ils que les antioxydants doivent être bannis de notre consommation à titre préventif ? Ou les malades du cancer sont-ils les seuls concernés ?

La réponse à cette question doit être très nuancée. Les antioxydants que l'on trouve dans les produits naturels de l'alimentation doivent être favorisés et font partie de tous les régimes alimentaires proposés par les médecins en prévention du diabète, de l'obésité, mais aussi du cancer. Le régime crétois doit être préconisé pour la prévention du cancer comme pour toute prévention dans la mesure où il fournit beaucoup d'aliments à base d'antioxydants. On sait en effet que les personnes en surcharge pondérale voient leur incidence de cancer augmenter de 30%.

Les antioxydants dans l'alimentation sont considérés comme absolument essentiels dans une alimentation équilibrée. En revanche, les compléments alimentaires à base de vitamine E, de carotène, de cystéine, etc, doivent être totalement bannis, que l'on soit atteint d'un cancer ou non. Les antioxydants à doses normales sont positifs, mais les antioxydants à des doses excessives deviennent un poison. On en revient au grand principe de Paracelse : "Tout est poison. Rien n'est sans poison. Ce qui fait le poison, c'est la dose".

Les conclusions de ces recherches ne semblent pas vous étonner. Pourquoi ?

On sait tout cela depuis longtemps. Depuis au moins 10 ans, les cancérologues ont observé que lorsqu'on donne des doses importantes de bêta-carotène - qui est un antioxydant – on augmente l'incidence du cancer du poumon chez les fumeurs en même temps qu'on neutralise les radicaux libres.

Ce qui m'étonne et qui m'inquiète en même temps, c'est que le grand public ne découvre que maintenant le danger des compléments alimentaires et des antioxydants. On ne peut que s'interroger sur l'absence de contrôle des pouvoirs publics à l'échelle européenne sur ces compléments alimentaires.