

Cancer

Saviez-vous que...

Consommer plus de 1 ou 2 verres standard* d'alcool par jour vous fait courir le risque de développer différents types de cancer.

- L'alcool est lié aux cancers de la bouche, de la gorge, de l'œsophage, du colon, du rectum et du foie. Il a également un lien avec le cancer du sein chez les femmes.
- Le risque de cancer augmente avec la quantité d'alcool consommée.
- Chez les femmes, le cancer a été la cause principale des décès dus à l'alcool en 1995 au Canada, avant les accidents d'automobile et la cirrhose du foie.
- Chez les hommes, le cancer a été la deuxième cause des décès dus à l'alcool après le suicide/les blessures auto infligées, et avant les accidents d'automobile et la cirrhose du foie.
- **Pour réduire votre risque, limitez votre consommation d'alcool à 1 ou 2 verres standard * par jour jusqu'à un maximum de 9 par semaine pour les femmes et de 14 pour les hommes.**

(Source : Report on the Links Between Alcohol and Cancer, The Toronto Cancer Prevention Coalition Alcohol Working Group - <http://www.city.toronto.on.ca/health/resources/tcpc/#reports>)

- Pour en savoir plus sur les liens entre l'alcool et le cancer, consultez :

National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism - <http://www.niaaa.nih.gov/publications/aa21.htm>

*Un verre standard = 13,6 grammes d'alcool = 142 ml (5 onces) de vin (12% d'alcool)
43 ml (1,5 onces) de spiritueux (40% d'alcool)
341 ml (12 onces) de bière (5 % d'alcool)

Cancer du sein chez les femmes

Saviez-vous que...

La consommation d'alcool fait partie des facteurs de risque du cancer du sein que l'on peut modifier.

- Le cancer du sein devient une préoccupation importante chez les femmes à mesure qu'elles vieillissent. Le développement d'un cancer du sein peut avoir des séquelles sur les plans psychologique, physique et social. Le Canada occupe la deuxième place au niveau internationale, après les États-Unis, au chapitre de l'incidence du cancer du sein. On estime qu'en 2003, il y aura plus de 21 000 nouveaux cas chez les Canadiennes. (*Société canadienne du cancer*)
- Il est prouvé que le risque de contracter le cancer du sein est plus élevé chez les femmes qui boivent de l'alcool. Environ 4 % des cancers du sein chez les femmes sont attribuables à l'alcool. Le risque est une fois et demi de plus élevé chez les femmes qui consomment de 2 à 5 verres standard* d'alcool par jour. Chaque année, plus de 840 Canadiennes pourraient prévenir le cancer du sein en respectant les directives de consommation d'alcool à faible risque.

(Source : *Alcohol and Breast Cancer* - http://www.agingincanada.ca/alcohol_and_breast_cancer.htm)

- **Limitez votre consommation d'alcool à un verre standard* par jour.**

(Source : *Réduire les risques de cancer du sein*, Santé Canada
http://www.hc-sc.gc.ca/francais/vsv/maladies/cancer_sein.html)

- Pour en savoir plus sur l'alcool et le cancer du sein, consultez :

« *Alcohol and Breast Cancer* » Keith Singletary, Ph.D., et Susan Gapstur, Ph.D., *Journal of the American Medical Association* (vol. 286, n°. 17: 2143-2151)

« *Alcohol Consumption Increases The Risk Of Fatal Breast Cancer* » Heather Feigelson, Ph.D., *Cancer Causes and Control*, décembre 2002

*Un verre standard = 13,6 grammes d'alcool = 142 ml (5 onces) de vin (12% d'alcool)
43 ml (1,5 onces) de spiritueux (40% d'alcool)
341 ml (12 onces) de bière (5 % d'alcool)