

CONFÉRENCE - DÉBAT GRAND PUBLIC



PRÉVENTION DES CANCERS
ALIMENTATION, ACTIVITÉ PHYSIQUE
COMMENT S'Y RETROUVER ?

Lundi 4 avril à 17h30
Centre Jean Perrin

Avec des interventions de professionnels du
Centre Léon Bérard et du Centre Jean Perrin

PROGRAMME COMPLET ET INSCRIPTION EN
PRÉSENTIEL OU EN VISIOCONFÉRENCE :
CENTRELEONBERARD.FR RUBRIQUE AGENDA



Prévention des cancers : Alimentation, Activité physique, comment s'y retrouver ?

Identifier des ressources fiables pour mieux s'informer

Julien Carretier, Dr en Santé Publique
Responsable Information des Publics
Département Prévention Cancer
Environnement,
Centre Léon Bérard

4 avril 2022

Les enjeux de l'information des publics

(1/2)

- Messages de prévention peuvent être perçus comme ambigus et déroutant (*Beck et al., 2009; Klein et al., 2014*)
- Prolifération des risques perçus cancérigènes
 - Relativisation de certaines conduites à risque par rapport à d'autres (*Beck et al., 2009*)
 - Identifier et comprendre les perceptions individuelles des risques au sein de la population
- Analyser et mieux en prendre en compte les mécanismes à l'œuvre dans la formation des convictions du public
 - Adapter les informations aux besoins, aux attentes et à la compréhension des individus
 - Identifier les populations à cibler dans la mise en place des politiques publiques de prévention

Les enjeux de l'information des publics

(2/2)

- Moins les individus sont satisfaits de l'information qui leur est transmise plus ils perçoivent les risques comme élevés
(BSE 2007; Trumbo & al, 2008)
- Plus les facteurs de risques sont controversés plus les individus se déclarent moins bien informés et perçoivent le risque comme élevé
(Kasperson & al, 1988; BC 2010)
- Perception des risques liés aux facteurs environnementaux dépend du niveau d'information et réciproquement
- Association positive de l'augmentation du niveau de connaissance sur l'adoption de comportements préventifs du risque de cancer
(Beck et al., 2013; Haluza and Cervinka, 2013; Vaughan, 1993_a)

Principes de l'information des publics

- Faciliter l'accès à une information conforme aux données actuelles de la science
- Fournir des informations fiables, compréhensibles et régulièrement actualisées
- Distinguer les facteurs avérés et suspectés cancérogènes
- Améliorer la compréhension
 - Des connaissances disponibles
 - Des origines de certaines controverses
- Identifier des moyens d'agir
- Etre transparent sur les sources d'information
- Etre indépendant au niveau éditorial

Internet : vérifier les sources et faire le tri

Fiabilité

Transparence

Sources d'information visibles et traçables

Accès possible aux sources de financements et aux déclarations de liens d'intérêt

Réponses apportées aux questions et commentaires des usagers

Indépendance

Absence de publicité et de promotion de conseils/produits/soins de santé

Mise en place d'une gouvernance et d'une charte éditoriale

Protection des données utilisateurs

Pertinence

Correspondance des réponses fournies aux requêtes des usagers

Offre d'outils d'aide à la prise de décision des usagers

Prise en compte des retours des usagers pour améliorer le site

Accessibilité de l'information

Gratuité

Pas d'adhésion ni de contrepartie pour accéder à l'information

Information adaptée au public visé

Langage et nature de l'information appropriés au grand public

Accessibilité technique

www.cancer-environnement.fr : Un portail d'information de référence pour s'informer sur les risques de cancer



Un site du centreonberard.fr

Rechercher dans le site

Portail d'information des publics Cancer Environnement du Centre Léon Bérard



Portail francophone d'information de référence sur les risques de cancer en lien avec des expositions environnementales, professionnelles ou des comportements individuels. Les informations du site s'appuient sur une synthèse des données actuelles de la science.

→ En savoir plus

Résumés en français - évaluations récentes du CIRC

→ Vue d'ensemble des résumés disponibles

- Vol. 120 : Cancérogénicité du bœuf
- Vol. 119 : Certains produits chimiques provoquant des tumeurs des voies urinaires chez les rongeurs
- Vol. 118 : Cancérogénicité du soudage, du trioxyle de molybdène et de l'oxyde d'indium-étain
- Vol. 117 : Pentachlorophénol et composés apparentés

Fiches les plus consultées

→ Cigarette électronique

- Perturbateurs endocriniens
- Pesticides (mise à jour)
- Cancer de l'œsophage
- Lymphomes
- Obésité et cancer



Dernières actualités

→ Toutes les actualités

- **Vendredi 11 août 2016** → **Actualité**
06/09/2016 - Conférence-débat "Alimentation, Cancer et Environnement"
- **Jouli 7 août 2016** → **Expositions environnementales**
Santé Publique France, BEH N° 22-23 1 3 juillet : Santé reproductive et perturbateurs endocriniens
- **Vendredi 13 juillet 2016** → **Nutrition et activité physique**
"Bouger en hôpital de jour", le dispositif d'AM pour optimiser le temps d'attente des patients
- **Lundi 4 juillet 2016** → **Activité et santé physique**
Retrouvez les dernières vidéos présentant nos travaux sur l'activité physique et le cancer
- **Mardi 4 juillet 2016** → **Activité et santé physique**
3ème rapport WCRF/AICR sur la nutrition, l'activité physique et la prévention des cancers
- **Mardi 3 juillet 2016** → **LES CANCERS**
L'Institut national du cancer publie l'enquête sur la vie 5 ans après un diagnostic de cancer

Rejoignez-nous sur Facebook



Lettres d'information

Saisissez votre adresse mail

→ S'inscrire

Nos partenaires

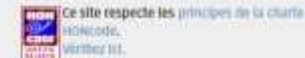
→ tous nos partenaires



Avec le soutien



Respect de la charte HONcode



Plus de 300 fiches d'informations disponibles

1. Informations générales

- Introduction
- Présentation du portail
- Outils pour mieux comprendre (Classifications, Chartes, Epigénétique, SIG, Symboles, Types d'études épidémiologiques, référence...)
- Panoramas Rhône-Alpes
- Plans de santé publique, santé environnement
- Réglementation
- Revue d'articles ...

3. Expositions

- Amiante
- Acrylamide
- Arsenic
- Benzène
- Champs électromagnétiques
- Cigarette électronique
- Dioxine
- Formaldéhyde
- Perturbateurs endocriniens
- Radon
- Tabac

5. Nutrition et activité physique

- Synthèse des données actuelles
- Approches méthodologiques
- Quelles recommandations ?
- Prendre soin de soi après un cancer chez enfants/ados
- Activité physique et cancer
- Obésité et cancer
- Alcool
- Aspartame
- Cancer et alimentation
- Point sur le jeûne thérapeutique
- ...

2. Les cancers

- Cancer du sein
- Cancer du sang
- Cancer du cerveau
- Cancer de la vessie,
- Cancer colorectal
- Cancer du foie
- Cancer du poumon
- Cancer de la peau
- Cancer de la prostate
- Mésothéliome
- Cancer du testicule
- Cancer du pancréas
- Cancer de l'estomac

- Inscriptions Lettre d'information (trimestrielle) & Bulletin de veille électronique (mensuel)

- Facebook Cancer Environnement 

- Twitter @CancerEnvironn 

6. Monographies du CIRC

- Vue d'ensemble
- Handbook Prévention des cancers
- Classification par localisations cancéreuses
- Classification des substances cancérigènes
- Traductions françaises des synthèses des monographies du CIRC
- Volumes 100 à 120...et suivantes à venir
- ...



nnelles

Volatils



Cancer Environnement
est en conformité avec le HONcode



<http://www.cancer-environnement.fr/>

- Respect des huit principes de qualité des sites internet santé :

1. Autorité

Indiquer la qualification des rédacteurs

2. Complémentarité

Complémenter et non remplacer la relation patient-médecin

3. Confidentialité

Préserver la confidentialité des informations personnelles soumises par les visiteurs du site

4. Attribution

Citer la/les source(s) des informations publiées et dater les pages de santé

5. Justification

Justifier toute affirmation sur les bienfaits ou les inconvénients de produits ou traitements

6. Professionnalisme

Rendre l'information la plus accessible possible, identifier le webmestre, et fournir une adresse de contact

7. Transparence du financement

Présenter les sources de financement

8. Honnêteté dans la publicité et la politique éditoriale

Séparer la politique publicitaire de la politique éditoriale

Exposition digitale : Prendre soin de soi et prévenir les risques de cancer



www.expo-prendresoindesoil.fr



- Co-construite avec des **jeunes**
- Validée par un **comité d'experts pluridisciplinaires**
- Elaborée par le **Centre Léon Bérard** (soutenu par la Région Auvergne-Rhône-Alpes) et le **Comité du Rhône de la Ligue contre le Cancer**

Code Européen contre le cancer : intégrer dans son quotidien les recommandations de prévention des cancers



<https://cancer-code-europe.iarc.fr/index.php/fr/>

Code Européen Contre le Cancer

12 façons de réduire votre risque de cancer

- 1** Ne fumez pas. Ne consommez pas de tabac, sous quelque forme que ce soit.
- 2** Faites de votre domicile un environnement sans tabac. Soutenez des mesures d'interdiction de fumer sur votre lieu de travail.
- 3** Faites en sorte de garder un poids de forme.
- 4** Soyez physiquement actif/ve dans votre vie quotidienne. Evitez de rester assis/e trop longtemps.
- 5** Adoptez une alimentation saine :
 - Consommez beaucoup de céréales complètes, de légumes secs, de légumes et de fruits.
 - Limitez la consommation d'aliments très caloriques (riches en sucre ou en matières grasses) et évitez les boissons sucrées.
 - Evitez de manger de la viande transformée (préparations carnées); limitez la viande rouge et les aliments riches en sel.
- 6** Limitez votre consommation –de tout type– d'alcool. Pour réduire votre risque de cancer, il est préférable de ne pas boire du tout d'alcool.
- 7** Evitez une exposition excessive au soleil, surtout chez les enfants. Utilisez une protection solaire. N'utilisez pas d'appareils de bronzage.

Code Européen Contre le Cancer

- 8 Suivez les consignes de santé et de sécurité sur votre lieu de travail, pour vous protéger des substances cancérigènes.
- 9 Renseignez-vous pour savoir si vous êtes exposé/e à des émissions élevées de gaz radon à votre domicile. Si tel est le cas, prenez des mesures pour réduire ces émissions.
- 10 Pour les femmes :
 - Allaiter réduit votre risque de cancer. Si possible, allaitez votre (vos) enfant(s).
 - Les traitements hormonaux substitutifs de la ménopause (THS) augmentent le risque de développer certains cancers. Limitez ces traitements.
- 11 Faites participer vos enfants aux programmes de vaccination contre :
 - L'hépatite B (chez les nouveau-nés);
 - Le virus du papillome humain (VPH) (chez les jeunes filles).
- 12 Participez aux programmes de dépistage organisés du :
 - Cancer colorectal (hommes et femmes);
 - Cancer du sein (femmes);
 - Cancer du col de l'utérus (femmes).

Le Code européen contre le cancer propose des mesures simples que tout citoyen peut mettre en œuvre pour favoriser la prévention du cancer. Pour que les efforts de prévention soient couronnés de succès, ces actions individuelles doivent dans tous les cas être soutenues par des politiques et des mesures gouvernementales.

Pour plus d'informations sur le Code européen contre le cancer, voir:
<http://cancer-code-europe.iarc.fr>

Centre international de Recherche sur le Cancer



Ces recommandations sont le fruit d'un projet coordonné par le Centre international de recherche sur le cancer (CIRC) et co-financé par l'Union européenne





sante.fr



Qui sommes-nous? | Nos missions | Nos partenaires

SE CONNECTER

L'information fiable, utile pour votre santé



- #DépistageCovid
- Informations COVID-19
- Pharmacies
- Médecin généraliste
- Urgences
- Rougeole
- Allergie et ambroisie
- Thermalisme

Conseils et numéros utiles en cas d'urgence



Dépistage COVID-19 : Retrouvez tous les points de prélèvement des tests virologiques (RT-PCR) autour de vous

Si les délais de rendez-vous dépassent les 48 heures, n'hésitez pas à contacter plusieurs lieux de prélèvement. Afin d'améliorer les résultats, activez la géolocalisation.

OÙ SE FAIRE TESTER ?

En poursuivant votre navigation, vous acceptez l'utilisation de cookies destinés à faire des statistiques, adapter les fonctionnalités ou assurer le fonctionnement des boutons de partage. [En savoir plus.](#)

POUR SUIVRE

CENTRE
DE LUTTE
CONTRE LE CANCER
**LEON
BERARD**

Nouveau : Agir pour sa santé contre les risques de cancer



AGIR POUR SA SANTÉ CONTRE LES RISQUES DE CANCER

40 pages de conseils de prévention pour prendre soin de notre santé : chiffres clés, conseils pratiques, repères de consommation et avis d'experts pour aider chacun d'entre nous dans l'adoption de ces gestes au quotidien.



    @Institut_cancer



https://www.e-cancer.fr/ressources/Agir_pour_sa_sante.html



Autres sites internet ressources (1/2)



Site de l'Institut National du Cancer :

www.e-cancer.fr

Brochure, 'Nutrition & Cancers – Faits scientifiques et conseils de prévention'

les éclairages

L'info derrière l'info

<https://leseclairages.e-cancer.fr/>



www.cjp.fr



www.centreleonberard.fr

Autres sites internet ressources (2/2)

MANGER BOUGER
PROGRAMME NATIONAL NUTRITION SANTÉ

www.mangerbouger.fr

- Outils, recettes, catalogue, idées d'activités, recommandations...

 **NACRE**

Réseau Recherche sur
Nutrition & Cancers

www6.inrae.fr/nacre/

- Outil tous publics...

CENTRE
DE LUTTE
CONTRE LE CANCER **LEON
BERARD**

Merci pour votre attention !

Pour suivre l'actualité de Cancer Environnement, rendez-vous sur



www.cancer-environnement.fr



[Facebook Cancer Environnement](https://www.facebook.com/CancerEnvironnement)



[@CancerEnvironn](https://twitter.com/CancerEnvironn)



S'inscrire à la [lettre d'information & au bulletin de veille](#)