

Nutrition et cancer : de la prévention aux soins de confort

Carole Aubert, Dt.P.

Diététiste/nutritionniste

CSSS des Sommets, volet centre
hospitalier à Ste-Agathe-des-monts





Plan de la présentation

- Formation, équipe de travail.
- Prévention du cancer par l'alimentation :
 - Point de vue des nutritionnistes
 - Regard sur l'écrit de Richard Béliveau Ph.D.
- L'intervention nutritionnelle : pourquoi?
- Approche nutritionnelle lors des différentes étapes de la maladie.
- Importance du travail d'équipe : le secret d'une intervention réussie.
- Période de questions



Formation/expérience

- Baccalauréat en nutrition à l'Université de Montréal en 2001.
- Nutritionniste au CSSS des Sommets depuis 4 ans.
- Travaille en soins palliatifs (quelques heures par semaine) depuis 3 ½ ans.
- Participation aux trois derniers congrès des soins palliatifs.

Équipe interdisciplinaire



Bénévole, préposé aux bénéficiaires, responsable des bénévoles, infirmière pivot en oncologie-s.palliatifs, travailleuse sociale, infirmière, médecin, infirmière de liaison, infirmière auxiliaire, intervenante en soins spirituels, nutritionniste, psychologue, technicienne en diététique.



Prévention du cancer par l'alimentation : point de vue des nutritionnistes

- En 1983 : premières recommandations visant à réduire l'incidence du cancer... Pratiquement les mêmes aujourd'hui!
- Plus récemment, *l'American Institute for Cancer Research* concluait que : 20% des cancers pourraient être prévenus par des changements dans notre consommation de fruits et légumes.

Facteurs nutritionnels protecteurs

Facteurs nutritionnels	Sites concernés	Modes d'action proposés/Remarques
Légumes et fruits	Poumon, bouche, pharynx, œsophage, estomac, sein, côlon, rectum	Effets antioxydants Effets sur la différenciation cellulaire Inhibition de la conversion des nitrosamines carcinogène Altérations intestinales: flore bactérienne, pH, volume fécal Effet sur la méthylation de l'ADN
Légumes de la famille des cruciféracées (genre Brassica) et de la famille des liliacées	Côlon, rectum	Induction des systèmes enzymatiques intestinaux de détoxication par certains indoles contenus dans ces légumes
Fibres	Côlon, rectum, col de l'utérus	Diminution de la concentration des métabolites des acides biliaires dans l'intestin Accélération du transit colique Effet protecteur pourrait n'être lié qu'à certains types de fibres

(suite)Facteurs nutritionnels protecteurs

Vitamine A	Sein, col de l'utérus, estomac	Effet antioxydant
Caroténoïdes	Œsophage, estomac, col de l'utérus, poumon, côlon, rectum	Effet antioxydant Rôle des rétinoïdes dans la différenciation cellulaire
Vitamine C	Estomac	Inhibition de la conversion des nitrosamines carcinogènes Réduction de la mutagénicité du suc gastrique
Acide folique	Côlon, rectum, col de l'utérus	Effet sur la méthylation de l'ADN Modulation de la carcinogénèse
Sélénium	Poumon	Effet antioxydant



(suite)Facteurs nutritionnels protecteurs

- Les effets sont prouvés avec les produits « bruts », sous forme de comprimés = pas de preuve.
- Plusieurs études ont démontrées que les mégadoses de suppléments augmentait la mortalité.

Facteurs nutritionnels qui ↑ les risques de cancer

Facteurs nutritionnels	Sites concernés	Modes d'action proposés/Remarques
Obésité	Vésicule biliaire, endomètre, sein, côlon	Restriction énergétique: ↓ incidence des tumeurs (mécanisme non élucidé) Excès de tissu adipeux contribuerait à la production endogène d'œstrogènes (impliqués dans la carcinogenèse des cancers dits «hormonaux»)
Lipides totaux	Poumon, côlon, rectum, prostate, endomètre	↑ quantité de métabolites des acides biliaires (composés jugés cancérigènes) Influence sur le bilan endocrinien
Viandes rouges: bœuf, porc, agneau	Côlon	Contenu en lipides d'origine animale ou autre constituant des viandes Facteur mutagène produit au cours de la cuisson

(suite) Facteurs nutritionnels qui ↑ les risques de cancer

Aliments salés, fumés, marinés, contenant des nitrites	Estomac, œsophage	Aliments soupçonnés d'irriter la paroi gastrique, amorçant ainsi un processus de préneoplasie (gastrite chronique vs dysplasie) Nitrates (légumes, eau) et nitrites (méthodes de conservation, salaison) sont transformés in vivo en nitrosamines, qui sont des carcinogènes. Leur importance chez l'humain reste à établir
Alcool	Larynx, bouche, œsophage, pharynx, sein, foie	Mode d'action non élucidé Déficiences nutritionnelles liées à l'alcoolisme Action cancérogène de l'alcool ou de ses métabolites sur les niveaux d'hormones tels les œstrogènes
Additifs alimentaires et pesticides		On évalue à moins de 1 % l'effet des additifs sur l'incidence des cancers



Recommandations

- ↑ légumes et fruits
- ↑ produits céréaliers à grains entiers
- Viser un poids santé
- ↓ viandes grasses
- Intégrer la saine alimentation dans notre quotidien. Ex: défi 0-5-30
- Conseils de prévention de s'appliquent pas toujours lors de traitements anti-néoplasiques
- Consulter les professionnels de la nutrition : les diététistes/nutritionnistes!



Regard sur l'écrit de Richard Béliveau Ph.D.

- Résultats d'études menées en laboratoire de médecine moléculaire.
- Très peu d'études cliniques jusqu'à présent nous permettant de tirer des conclusions.
- Titre « accrocheur », publicisé...
- Théorie intéressante : angiogénèse & composés phytochimiques.
- Quantités suggérées sont-elles réalistes?



L'intervention nutritionnelle : pourquoi?

- Car manger est un besoin essentiel à la survie...
- Prévenir une perte pondérale, limiter les effets secondaires des traitements, rassurer le patient et la famille.
- Suivi de la clientèle de l'annonce du diagnostic à la phase terminale de la maladie → personne de référence.



L'intervention nutritionnelle : pourquoi?

Contrôler les symptômes d'inconfort, dont les plus courants sont :

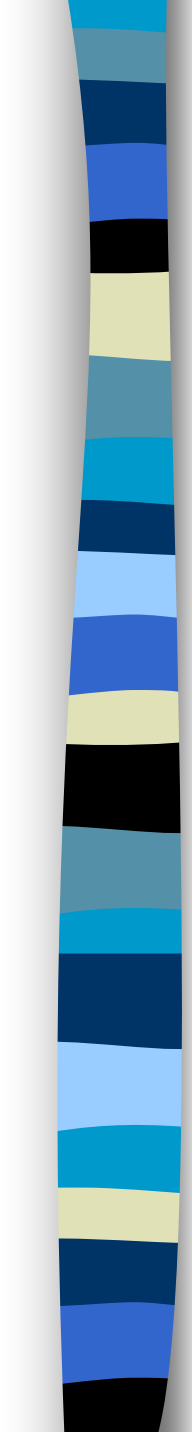
- ✓ Perte d'appétit
- ✓ Nausée et/ou vomissement
- ✓ Mucosite
- ✓ Modification du goût
- ✓ constipation



Contrôle des symptômes par l'intervention nutritionnelle

Perte d'appétit

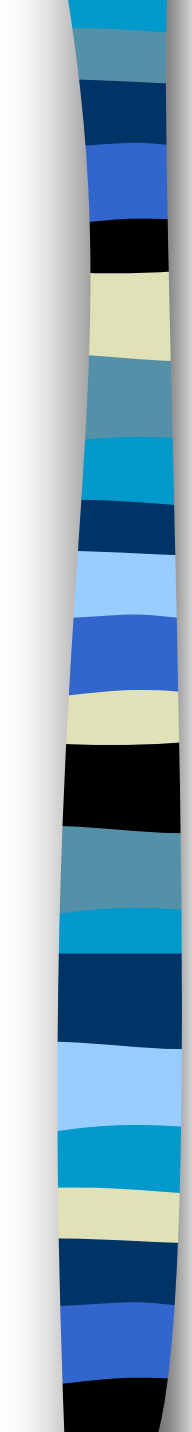
- ✓ Aliments favoris à encourager
- ✓ Fractionner les repas (5-6)
- ✓ Aliments riches en énergie et en protéine
- ✓ Suppléments nutritifs



Contrôle des symptômes par l'intervention nutritionnelle

Nausée/vomissement

- ✓ Insister sur la prise des antinauséux
- ✓ Cibler les moments où les aliments sont les mieux tolérés (souvent au déjeuner)
- ✓ Éviter le jeûne, petits repas fréquents
- ✓ Éviter les odeurs fortes : parfum, aliment très chaud



Contrôle des symptômes par l'intervention nutritionnelle

Modification du goût

- ✓ Adopter une bonne hygiène buccale
- ✓ Essayer les aliments froids ou à température ambiante
- ✓ Consommer des liquides aux repas peut ↓ les goûts désagréables
- ✓ Condiments et épices à essayer
- ✓ Tenter les ustensiles de plastique si goût métallique
- ✓ Les suppléments de zinc peuvent aider. Un minimum de 30 mg TID, de marque reconnue (Lalco, Swiss herbal, Wampole, Jamieson).



Contrôle des symptômes par l'intervention nutritionnelle

Mucosite et oesophagite

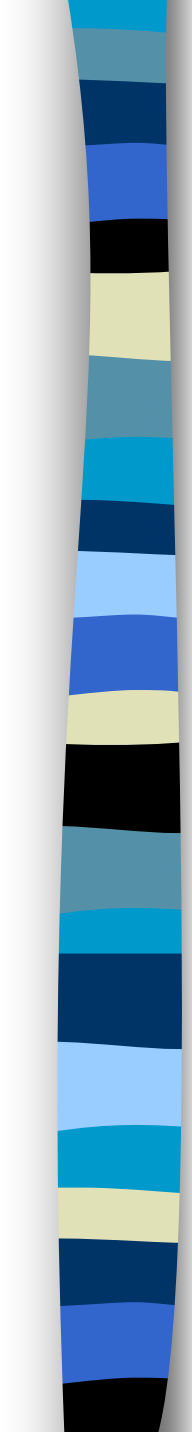
- ✓ Intervention médicale : gargarisme \pm anestésique topique. Ex: *pink lady* (maalox+xylocaïne)
- ✓ En présence de candidose : tx médical et gargarisme avec benadryl. Ex: 60ml sulcrate liquide+60ml maalox+60ml eau stérile(+benadryl au besoin)
- ✓ Éviter les irritants alimentaires



Contrôle des symptômes par l'intervention nutritionnelle

Mucosite et oesophagite(suite)

- ✓ Modifier la texture des aliments, au besoin.
- ✓ Tenter les sucettes glacées et la crème glacée entre les repas afin d'atténuer la douleur buccale.
- ✓ Prendre les liquides à la paille, le plus souvent possible.



Contrôle des symptômes par l'intervention nutritionnelle

Autres problèmes

- ✓ Dysphagie (difficulté à avaler)
- ✓ Bouche sèche
- ✓ Diarrhée
- ✓ Constipation

Faites appel à la nutritionniste dans votre équipe travail.



Le secret d'une intervention nutritionnelle réussie...

- L'équipe interdisciplinaire : bons mécanismes de communication, disponibilités des intervenants : technicienne en diététique, nutritionniste, infirmière, préposé...
- La réunion interdisciplinaire : 1 heure par semaine.
- Regroupement des patients sur une unité dédiée aux soins oncologiques et aux soins palliatifs.
- Tisser des liens hors du travail...ça aide toute l'équipe!

Période de questions



Merci à vous tous!