

Les plats industriels : quels risques ?

#Fait du jour

Transcription

Extrait du *Journal en Français Facile* du 16 février 2018

Sylvie Berruet :

Et puis, tout autre chose Gilles, que ce soit de la soupe en sachet, des pizzas surgelées ou encore des nuggets de poulet : ceux qui consomment beaucoup de plats industriels augmentent le risque d'être atteint d'un cancer.

Gilles Moreau :

Oui, c'est ce que montre une étude publiée par la revue *British Medical Journal*.

On s'en doutait un peu mais c'est une étude inédite par son ampleur et sa méthodologie.

Les explications de Simon Rozé.

Simon Rozé :

Plus de 100 000 personnes suivies pendant 8 ans avec pour sujet d'étude leurs habitudes alimentaires.

L'enquête menée par l'Inserm, l'Institut national de la santé et de la recherche médicale est inédite par son ampleur et par ses conclusions.

Elle montre pour la première fois un lien entre cancer et malbouffe : plus on mange de produits industriels, de pizzas surgelées, d'escalopes sous cellophane, et autres, plus le risque de développer une tumeur augmente.

Les auteurs de l'étude sont même parvenus à un chiffre : 10 % de produits transformés en plus dans un régime alimentaire augmentent de 10 % également le risque de développer un cancer.

Le lien de corrélation est avéré, reste maintenant à montrer le lien de causalité. En clair : qu'est-ce qui provoque ces cancers ?

Les chercheurs avancent plusieurs hypothèses : la qualité nutritionnelle faible de ces produits - ils sont trop gras, trop sucrés, trop salés, ils sont bardés d'additifs - leurs emballages en plastique peuvent contenir des composés dangereux pour la santé comme le bisphénol A.

Ceci dit, ces liens ne sont pour l'instant que suspectés, il faut désormais les prouver, mais cette étude, la première du genre, à au moins le mérite d'ouvrir la voie.