

Vitamine D, soleil et prévention de certains cancers

L'exposition solaire pourrait-elle cependant avoir à l'inverse un effet favorable sur l'apparition de certains cancers ?

Ce rôle pourrait s'exercer par l'intermédiaire de la vitamine D, vitamine ou plus exactement véritable prohormone (précurseur des hormones) qui entre en jeu dans la formation, la croissance et la réparation osseuse, l'absorption du calcium et qui, de plus, a un rôle dans le système immunitaire. La vitamine D résulte à la fois des apports alimentaires (poissons, œufs, laitages, farines de céréales, margarine, jus de fruits) mais aussi de la synthèse par l'organisme, suite à l'exposition de la peau aux ultra - violets du rayonnement solaire.

Plusieurs études ont suggéré un rôle potentiel de la vitamine D dans la prévention de certains cancers.

La première démonstration résulte de l'observation d'une **corrélation inverse entre l'exposition au soleil et les taux de décès pour certains cancers** (colo rectal et peut être sein, pancréas et prostate). Les personnes vivant dans les latitudes les plus basses et ensoleillées ayant des taux de décès de certains cancers moindres que ceux vivant dans des latitudes nordiques. L'hypothèse du rôle de la vitamine D, dont la synthèse varie en fonction de l'exposition solaire, a été évoquée pour expliquer cette différence.

D'autre part, en laboratoire, des **cellules cancéreuses cultivées en présence de vitamine D avaient une croissance plus faible** et un taux de mortalité cellulaire plus important.

Des études comparatives se sont elles intéressées à une supplémentation par voie orale en vitamine D. Ainsi 1200 femmes ont été traitées après leur ménopause par calcium associé à de la vitamine D ou un placebo pendant 4 ans, avec chez celles traitées dans le groupe vitamine D une **réduction de 60% du nombre de nouveaux cas de cancers par rapport au placebo**. Malheureusement cette belle démonstration est entachée de **problèmes méthodologiques limitant la validité des résultats**.

D'autre part, d'autres travaux évaluant le risque de cancer sur des populations dont les absorptions de calcium et de vitamine D sont connues, n'ont pas confirmé ces résultats de façon définitive. Dans une étude de nutrition « American Cancer Society's Cancer Prevention Study (CPS) II », **chez les hommes qui avaient la plus forte supplémentation en vitamine D, il y avait moins de cancers du colon, mais étrangement ceci n'était pas observé chez les femmes**. Malgré ces incertitudes, d'autres travaux controversés continuent de montrer une réduction du nombre de cas et de la mortalité par cancer colorectal.

La situation est encore plus incertaine pour ce qui est des cancers du sein, de la prostate et du pancréas.

La controverse s'élargit encore si l'on essaie de remplacer la supplémentation orale par l'exposition au soleil qui va stimuler la production endogène de vitamine D. En fait, pour

l'exposition au soleil il semble que **son risque cancérigène ne sera surement pas contrebalancé par l'effet bénéfique, très hypothétique, de la vitamine D.**

Ceci fait qu'à l'heure actuelle, dans son site web ouvert au grand public le « National cancer Institute » des Etats-Unis, grand organisme d'état responsable de la politique en matière de traitement du cancer, prend position contre la supplémentation orale et met en garde contre l'idée de remplacer celle-ci par l'exposition solaire.