

**REPUBLIQUE ALGERIENNE DEMOCRATIQUE ET POPULAIRE**

**MINISTERE DE L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR  
ET DE LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE**



**UNIVERSITE CONSTANTINE 3 SALAH BOUBNIDER**



**FACULTE DE MEDECINE**

**DEPARTEMENT DE PHARMACIE**

**Mémoire de fin d'étude**

**En vue de l'obtention du diplôme de docteur en pharmacie**

**ALIMENTATION ET CANCER**

**Rédigé et présenté par:**

- Abbas Amira
- Merouani Melissa
- Boudjahem Chourouk

**Encadré par:**

- Pr. A.H. Fendri
- Dr. I. Beghriche

**Membres de jury:**

- Dr. I. Mechri
- Dr. I. Benhamouda

**Année universitaire : 2022-2023**

<b>LISTE DES ABRÉVIATIONS .....</b>	<b>V</b>
<b>LISTE DES TABLEAUX.....</b>	<b>VI</b>
<b>LISTE DES FIGURES .....</b>	<b>VII</b>
<b>LISTE DES ANNEXES .....</b>	<b>VIII</b>
<b>GLOSSAIRE .....</b>	<b>IX</b>
<b>INTRODUCTION.....</b>	<b>1</b>

## **Partie théorique**

### **CHAPITRE UN. ALIMENTATION ET SANTE**

<b>1 Les habitudes alimentaires.....</b>	<b>4</b>
<b>1.1 Les habitudes alimentaires méditerranéennes .....</b>	<b>4</b>
<b>1.2 Les habitudes alimentaires occidentales .....</b>	<b>6</b>
<b>2 L'alimentation saine .....</b>	<b>7</b>
<b>3 L'alimentation malsaine .....</b>	<b>9</b>
<b>3.1 Alimentation et obésité .....</b>	<b>9</b>
<b>3.2 Alimentation et diabète.....</b>	<b>10</b>
<b>3.3 Alimentation et maladies cardiovasculaires .....</b>	<b>11</b>
<b>3.4 Alimentation et cancer .....</b>	<b>11</b>

### **CHAPITRE DEUX. ALIMENTATION ET CANCER**

<b>1 Cancer : Physiopathologie.....</b>	<b>13</b>
<b>2 Cancer : Epidémiologie en Algérie .....</b>	<b>13</b>
<b>3 Cancer : Facteurs de risque .....</b>	<b>15</b>
<b>3.1 Les antécédents familiaux .....</b>	<b>15</b>
<b>3.2 Les maladies inflammatoires.....</b>	<b>15</b>
<b>3.3 L'obésité.....</b>	<b>16</b>
<b>3.4 Les infections .....</b>	<b>16</b>
<b>3.5 Les traitements hormonaux .....</b>	<b>16</b>
<b>3.6 La pollution de l'air .....</b>	<b>17</b>

3.7	L' exposition aux rayonnements.....	17
3.8	La consommation d'alcool.....	17
3.9	Le tabagisme.....	17
3.10	Le régime alimentaire.....	18
<b>4</b>	<b>Cancer : Traitement.....</b>	<b>19</b>
4.1	La prise en charge chirurgicale .....	19
4.2	La prise en charge par la chimiothérapie .....	21
4.3	La prise en charge par la radiothérapie.....	22
4.4	La prise en charge par l'hormonothérapie .....	23
4.5	La prise en charge par la thérapie ciblée.....	24
4.6	La prise en charge par l'immunothérapie .....	25
4.6.1	Les cytokines.....	25
4.6.2	Les anticorps monoclonaux.....	26
4.6.3	Thérapie cellulaire : l'exemple des cellules CAR-T .....	26
4.6.4	La vaccination .....	26
<b>5</b>	<b>Cancer : Rôle de l'alimentation .....</b>	<b>28</b>
5.1	Les facteurs protecteurs .....	28
5.1.1	Les fruits et légumes .....	28
5.1.2	Les céréales complètes .....	28
5.1.3	Les poissons .....	28
5.1.4	Les produits laitiers .....	28
5.2	Les facteurs de risque .....	29
5.2.1	La viande rouge et la charcuterie .....	29
5.2.2	Le sucre .....	29
5.2.3	Les aliments gras et ultra transformés.....	29
5.2.4	Le sel.....	29

## **Partie pratique**

<b>I.</b>	<b>OBJECTIFS DU TRAVAIL .....</b>	<b>32</b>
	Objectif principal.....	32
	Objectifs secondaires .....	32
<b>II.</b>	<b>LE QUESTIONNAIRE .....</b>	<b>33</b>

<b>1</b>	<b>Matériel et Méthode.....</b>	<b>33</b>
1.1	Type de l'étude .....	33
1.2	Matériel.....	33
1.3	Méthode .....	33
<b>2</b>	<b>Population d'étude .....</b>	<b>33</b>
<b>3</b>	<b>Résultats.....</b>	<b>35</b>
3.1	Questionnaire destiné aux professionnels de la santé .....	35
3.1.1	Implication des aliments dans la survenue de cancer .....	36
3.1.2	Les aliments cancérogènes .....	36
3.1.3	Nécessité d'alimentation spécifique durant le traitement .....	37
3.1.4	Les régimes proposés par les professionnels de la santé.....	37
3.1.5	Les effets indésirables les plus fréquents selon les professionnels de la santé .....	39
3.1.6	Types de prise en charge des effets indésirables des cytotoxiques.....	39
3.1.7	La prise en charge diététique proposée par les professionnels de la santé .....	40
3.1.8	Source d'informations des professionnels de la santé.....	41
3.1.9	Le souhait d'avoir un guide national de prise en charge nutritionnelle .....	41
3.2	Questionnaire destiné aux patients atteints de cancer .....	42
3.2.1	Informations sur nos patients .....	42
a)	Sexe .....	42
b)	Age.....	42
c)	Type de cancer dans notre population .....	43
d)	Type de traitement.....	44
3.2.2	Avis des patients sur l'implication de l'alimentation sur la survenue du cancer .....	44
3.2.3	Les aliments susceptibles d'augmenter le risque de cancer .....	45
3.2.4	La recommandation d'un régime spécifique .....	45
3.2.5	Différents exemples de diètes proposées par les médecins .....	46
3.2.6	Pourcentage des patients ayant tenté un régime personnel.....	47
3.2.7	Exemples de diètes suivies par nos patients.....	47
3.2.8	Effets indésirables des traitements antinéoplasiques.....	48
3.2.9	Nature des effets indésirables rencontrés .....	49
3.2.10	Source d'information des patients.....	49
3.2.11	Initiatives prises par les patients pour soulager leurs symptômes.....	50
<b>4</b>	<b>Discussion.....</b>	<b>51</b>

<b>III. LE GUIDE .....</b>	<b>53</b>
<b>1 Matériel et méthode .....</b>	<b>53</b>
<b>1.1 Méthode .....</b>	<b>53</b>
<b>1.2 Matériel.....</b>	<b>55</b>
<b>2 Aperçu du guide .....</b>	<b>55</b>
<b>2.1 La prise en charge nutritionnelle avant le traitement .....</b>	<b>55</b>
<b>2.2 La prise en charge nutritionnelle pendant le traitement.....</b>	<b>56</b>
<b>2.2.1 La perte de poids.....</b>	<b>58</b>
<b>2.2.2 L'altérations du goût .....</b>	<b>59</b>
<b>2.2.3 Les nausées et vomissements.....</b>	<b>60</b>
<b>2.2.4 Les mucites, douleurs buccales et mal de gorge .....</b>	<b>61</b>
<b>2.2.5 La diarrhée .....</b>	<b>62</b>
<b>2.2.6 La constipation .....</b>	<b>62</b>
<b>2.2.7 Le problème de déglutition.....</b>	<b>63</b>
<b>2.3 La prise en charge nutritionnelle en rémission .....</b>	<b>63</b>
<b>2.4 La prise en charge de la dénutrition après traitement anti-cancéreux .....</b>	<b>69</b>
<b>CONCLUSION .....</b>	<b>72</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE.....</b>	<b>74</b>
<b>ANNEXES .....</b>	<b>84</b>
<b>RESUME .....</b>	<b>102</b>

## ANNEXES

### **Méthode :**

Placez le céleri, le romarin, le jus de citron, le nectar d'agave, le poivre de Cayenne, le sel et l'eau dans le récipient d'un mixeur haute puissance.

Mixez pendant quelques minutes, jusqu'à ce que le mélange soit finement liquéfié.

Remplissez deux verres de glace et versez le mélange de céleri dans chaque verre.

### **Informations nutritionnelles :**

Par portion : 20 calories, 0 g de graisse totale (0 g de graisse saturée, 0 g de graisse trans), 0 mg de cholestérol, 5 g de glucides, 0 g de protéines, 1 g de fibres alimentaires, 180 mg de sodium, 4 g de sucre, 3 g de sucre ajouté.

Le cancer est une maladie multifactorielle qui affecte fortement la vie quotidienne et les repères habituels. L'alimentation étant l'un des facteurs importants, elle peut être à l'origine d'éléments cancérigènes, comme elle peut jouer un rôle dans la prévention et dans la prise en charge du cancer en préservant les capacités physiques et morales et ainsi la qualité de vie du patient.

L'objectif principal de notre étude est d'établir un guide pour la prise en charge nutritionnelle des patients atteints du cancer, mais avant nous avons réalisé une enquête par le biais de questionnaire auprès de professionnels de la santé et de patients atteints du cancer afin d'évaluer leurs connaissances en matière de nutrition.

L'analyse des résultats a permis de déduire que les professionnels de la santé et une bonne partie des patients atteints du cancer sont au courant que l'alimentation présente un impact sur le risque de la survenue de la pathologie, toutefois les régimes suggérés pendant le traitement anticancéreux n'étaient pas tous adéquats, d'où l'intérêt d'avoir un guide complet contenant des régimes adaptés au type de cancer et au traitement reçu ainsi que des recommandations nutritionnelles pour la prise en charge des effets indésirables des traitements, d'ailleurs c'était le souhait de tous les participants.

Le guide a été élaboré, d'abord, sous forme de petit livret puis adapté sous forme de site web, organisé en cinq rubriques: aliments, cancers, interaction, effet indésirables et recettes afin d'accomplir une prise en charge nutritionnelle exhaustive du patient atteint du cancer.

**Mots clés :** prise en charge nutritionnelle, professionnels de la santé, patients atteints du cancer, Traitement, effets indésirables, recommandations, guide nutritionnel.

### ABSTRACT

Cancer is a multi-factorial disease that has a major impact on daily life and on our usual landmarks. As one of the most important factors, diet can be the source of carcinogenic elements, just as it can play a role in the prevention and management of cancer by preserving the patient's physical and mental capacities, and thus his quality of life.

The main aim of our study is to establish a guide for the nutritional management of cancer patients, but before doing so, we conducted a questionnaire survey of healthcare professionals and cancer patients to assess their knowledge of nutrition.

Analysis of the results showed that healthcare professionals and a large proportion of cancer patients are aware that diet has an impact on the risk of developing the disease. However, not all the diets suggested during cancer treatment were adequate, hence the need for a comprehensive guide containing diets adapted to the type of cancer and treatment received, as well as nutritional recommendations for managing the adverse effects of treatment, which was the wish of all participants.

The guide was first developed in the form of a small booklet and then adapted as a website, organized under five headings: food, cancers, interactions, adverse effects and recipes, in order to achieve comprehensive nutritional management of the cancer patient.

**Key words:** nutritional management, healthcare professionals, cancer patients, Treatment, adverse effects, recommendations, nutritional guide.