

FUTURA

Le soutien-gorge favorise le cancer du sein, vrai ou faux ?

Podcast écrit et lu par Melissa Lepoureau

N.B. La podcastrice s'est efforcée, dans la mesure du possible, d'indiquer par quel personnage ou personnalité sont prononcées les citations. Néanmoins, certaines de ces dernières échappent à sa connaissance et devront rester anonymes.

[Une musique d'introduction détendue et jazzy. Une série de voix issues de films se succèdent, s'exclamant alternativement « C'est vrai », ou « C'est faux ». L'intro se termine sur la voix du personnage de Karadoc issu de Kaamelott, s'exclamant d'un air paresseux « Ouais, c'est pas faux. »]

[Une auditrice curieuse :] Hé Melissa, est-ce que c'est vrai que porter un soutien-gorge augmente le risque d'avoir un cancer du sein ?

Ben, on entend un peu de tout au sujet du port du soutien-gorge. Et comme ce mois-ci, c'est octobre rose, effectivement c'est le moment de s'y intéresser. Parce que le cancer du sein, malheureusement, ça peut toucher tout le monde !

[L'auditrice :] Tout le monde ? Attends, tu veux dire peu importe le sexe ?

Oui, tout humain possède des seins, même si sa fonction principale, la lactation, n'est normalement active que chez les personnes de sexe féminin en période d'allaitement. Le sein est constitué principalement de trois types de tissus. On a le tissu glandulaire, qui contient les glandes mammaires qui produisent le lait pendant l'allaitement. On y trouve aussi les lobules, qui forment les unités de production de lait, sont reliés aux canaux qui transportent le lait jusqu'au mamelon. Ensuite, on a le tissu adipeux, en gros c'est la graisse. Ce tissu donne au sein sa forme et son volume. La proportion de ce tissu varie d'une personne à l'autre et d'une phase de la vie à l'autre, vous vous en doutez. Et enfin, le tissu conjonctif. C'est un tissu de soutien qui maintient la structure du sein et permet de le maintenir en place. Et puis juste en dessous de ces couches, pour faire un micro-point anatomie, on a la paroi thoracique, composée de muscles qui aident à soutenir les seins. Comme je le disais, les personnes de sexe masculin ont tout ça aussi, sauf les lobules mammaires qui ne se développent généralement pas. Mais en ce qui concerne le cancer du sein, comme le reste de la structure reste la même, tout le monde peut être affecté.

[L'auditrice :] Tu peux nous en dire un peu plus sur ce cancer, justement ?

Oui, alors, comme la plupart des cancers – si ce n'est tous –, le cancer du sein se développe lorsque des cellules anormales, en général issues du tissu glandulaire, se multiplient de manière incontrôlée. Il existe plusieurs types de cancers du sein, mais les plus courants sont le carcinome canalaire, qui se développe dans les canaux et le carcinome

lobulaire, qui affecte les lobules. Les cellules cancéreuses se forment quand des mutations naissent dans l'ADN de certaines cellules du sein. Ces mutations peuvent arriver pour plusieurs raisons, mais dans tous les cas, elles altèrent la capacité des cellules à réguler leur croissance et leur division. Du coup, au lieu de mourir comme des cellules normales après un certain temps, elles continuent de croître et peuvent envahir les tissus environnants. Si elles ne sont pas traitées, elles peuvent se propager à d'autres parties du corps à travers le système lymphatique et sanguin. C'est ce qu'on appelle des métastases.

[L'auditrice :] Et tu disais qu'il y a plusieurs types de cancers. Donc, j'imagine qu'il y a plusieurs facteurs de risque ?

Effectivement. Bon déjà, il faut noter que le sein féminin est beaucoup plus touché, à cause du développement glandulaire plus important. En plus de ça s'ajoute l'âge. Plus on vieillit, plus les risques augmentent. Mais ça, c'est le cas malheureusement pour bien des maladies. La génétique peut jouer aussi. Les antécédents familiaux sont à prendre en compte, car les personnes portant des mutations héréditaires dans les gènes BRCA 1 et BRCA 2, donc des gènes suppresseurs de tumeurs, ont un risque nettement plus élevé de développer un cancer du sein. On peut aussi parler de la cause hormonale. Une exposition prolongée à des niveaux élevés d'œstrogènes, à cause de règles précoces, de la ménopause tardive, de traitements hormonaux ou, malheureusement, de pollution environnementale, peut accroître le risque. Et enfin, il faut aussi noter que le mode de vie a une influence. L'obésité, l'inactivité physique, l'alcoolisme, et une mauvaise alimentation sont également des facteurs de risque.

[L'auditrice :] Ah ouais, ça fait un paquet de facteurs de risque quand même ! S'il faut rajouter le soutif en plus... c'est pas top, quoi. Mais d'ailleurs, ça se guérit comme cancer ?

Ça va dépendre de son stade de développement, et généralement il suit plusieurs étapes. La première est l'hyperplasie. C'est une prolifération bénigne de cellules, qui sont donc sans caractéristiques cancéreuses. Mais ça n'empêche pas qu'il faut s'en occuper, et ne pas laisser traîner. Parce que sinon, on arrive au stade du carcinome *in situ*, c'est-à-dire le stade où les cellules cancéreuses commencent à apparaître, mais qu'elles ne se sont pas encore propagées aux tissus environnants. Et enfin, le cancer invasif. C'est là que les cellules cancéreuses envahissent les tissus voisins du sein et peuvent se propager à d'autres parties du corps, les fameuses métastases. Du coup, le traitement du cancer du sein varie en fonction du type, du stade et des caractéristiques spécifiques de la tumeur. Côté traitement, on a donc plusieurs options. Avec la chirurgie, on peut retirer la tumeur, ce qui s'appelle une tumorectomie, ou alors retirer une partie du sein, la totalité, voire les deux – c'est ce qu'on appelle une mastectomie – dans les cas plus graves. Après la chirurgie, on peut détruire les cellules cancéreuses restantes avec la radiothérapie. Dans les cas où les cellules cancéreuses se seraient propagées dans l'ensemble du corps, il faut faire une chimiothérapie. L'immunothérapie, qui stimule le système immunitaire, offre aussi une belle option pour combattre le cancer du sein en ciblant les cellules cancéreuses plus efficacement. Et enfin, l'hormonothérapie est utilisée pour les cancers sensibles aux hormones. Elle consiste à bloquer les effets des hormones féminines, œstrogène et progestérone, sur les cellules cancéreuses.

[L'auditrice :] Bon, au moins, il y a quand même pas mal de moyens de traiter ce cancer, c'est déjà ça.

Oui, mais il ne faut pas oublier qu'il y a 60 000 nouveaux cas par an en France, et 12 000 décès. Le cancer du sein est beaucoup plus fréquent chez les femmes, comme je le disais, mais selon certaines études, environ 1 % des cas de cancer du sein sont masculins. Bien que ça semble peu, c'est important de ne pas négliger cette réalité, parce que les hommes atteints de cancer du sein sont souvent diagnostiqués plus tardivement, ce qui augmente la gravité de la maladie. J'en ai déjà parlé dans un épisode dédié, justement, à la croyance que le cancer du sein ne touche que les femmes, mais je vais en profiter pour vous faire un petit rappel préventif, qui vaut pour tout le monde. Il faut penser à se faire dépister régulièrement, et savoir s'observer. Les progrès du dépistage et des traitements améliorent largement le taux de survie à ce type de cancers, il ne faut donc pas négliger cette étape. La première façon de s'y prendre, c'est la palpation : il existe des tas de vidéos institutionnelles en ligne qui vous expliqueront comment vous examiner en palpant votre sein et son contour. Le but est d'identifier toute grosseur ou douleur anormale et, le cas échéant, de consulter un spécialiste au plus vite. Ça peut sembler un peu ridicule ou gênant comme ça, mais croyez-moi, ça peut éviter bien des soucis par la suite. Votre médecin ne va pas vous faire spontanément une palpation à chaque consultation, en particulier si vous êtes jeune. Donc, les meilleurs gardiennes et gardiens de votre santé, c'est vous ! En cas d'anomalie, ou alors tout simplement à partir d'un certain âge où vous êtes plus à risque, votre spécialiste peut réaliser une mammographie ou une échographie pour vérifier l'état de vos seins. Pour rappel, ce dépistage est gratuit pour les femmes de 50 à 74 ans, et pris en charge à 70 % par l'Assurance Maladie si vous venez avec une ordonnance de votre médecin.

[L'auditrice :] T'as raison, la palpation c'est tellement important. Perso, j'ai une grand-mère qui l'a eu, donc je suis hyper prudente. Mais alors, cette histoire de soutien-gorge, du coup, ça vaut quoi au final ? Est-ce que ça augmente vraiment les risques ?

Alors, cette croyance vient du fait que cet accessoire du quotidien pourrait entraver la circulation lymphatique, ce qui empêcherait l'élimination des toxines et favoriserait la formation de tumeurs. Mais en fait, en épluchant un peu les sources scientifiques, eh ben aucune preuve n'est assez solide pour valider cette théorie. Les études menées sur ce sujet, notamment une vaste recherche publiée par la Fred Hutchinson Cancer Research Center en 2014, n'ont trouvé aucun lien entre le port du soutien-gorge et l'augmentation du risque de cancer du sein. L'étude a analysé plusieurs facteurs, comme la fréquence de port du soutien-gorge, la taille du bonnet, l'âge du premier soutien-gorge, et le port du soutien-gorge avec armatures, sans trouver de relation significative avec le développement de tumeurs mammaires. D'autres théories suggèrent que les soutiens-gorge à armatures en particulier pourraient comprimer le tissu mammaire et ainsi bloquer la circulation des fluides. Cette idée est également réfutée par les experts, puisque la circulation lymphatique ne dépend pas de facteurs comme le port du soutien-gorge, mais plutôt du mouvement musculaire et du flux sanguin, et il est donc improbable que ça soit une cause directe de cancer.

[L'auditrice :] Donc pas de souci avec l'idée de porter un soutif, si je comprends bien ?

Non aucun souci. C'est encore une idée qui repose plus sur des mythes et des spéculations que sur des faits scientifiques. Comme je vous l'ai dit, le cancer du sein résulte de mutations

généétiques et des facteurs de risque qu'on a énuméré tout à l'heure. Et parce qu'on ne le dira jamais assez, pour réduire le risque de cancer, il est plus efficace de se concentrer sur des actions comme le dépistage régulier, le maintien d'un mode de vie sain, et la gestion des facteurs de risque connus, plutôt que de s'inquiéter de l'impact de vêtements comme le soutien-gorge.

Et vous, vous avez d'autres idées reçues à debunker ? Envoyez-les nous sur les apps audio ou en vocal sur Instagram, et nous les inclurons dans de futurs épisodes. Pensez à vous abonner à Science ou Fiction et à nos autres podcasts pour ne plus manquer un seul épisode, et n'hésitez pas à nous laisser un commentaire et une note pour nous dire ce que vous en pensez et soutenir notre travail. À bientôt !