Introito di carne rossa e cancro al seno

Data 03 agosto 2014
Categoria oncologia

La potenziale influenza delle proteine della dieta sul rischio di cancro mammario ha destato ultimamente l'attenzione scientifica. Un elevato introito proteico potrebbe influenzare il rischio di cancro mammario aumentando il fattore di crescita insulino-simile che gioca un ruolo importante nella crescita dei tessuti e nella progressione del tumore. Tuttavia, gli alimenti che rappresentano le principali fonti di proteine differiscono molto nei loro profili nutrizionali e possono avere effetti diversi sul rischio di cancro al seno. L'evidenza complessiva derivante dagli studi prospettici di coorte non ha suggerito un'associazione significativa tra introito di carni rosse e tumore al seno. Tuttavia, la maggior parte dell'evidenza deriva da studi che hanno valutato la dieta durante la mezza età e oltre. Nello studio di coorte Nurses' Health Study II, l'introito di carni rosse nella prima età adulta era associato ad un aumentato rischio di cancro mammario nelle donne in premenopausa. Inoltre, nella maggior parte di studi prospettici, è stata riscontrata una piccola relazione tra introito di altri cibi ricchi di proteine, quali pesce, pollame, uova, legumi o noci e rischio di cancro al seno, ma i dati sulla prima età adulta sono limitati. Sebbene i tumori al seno si differenzino per lo stato dei recettori degli estrogeni e dei progestiici, la maggior parte degli studi precedenti aveva valutato la relazione tra fonti di proteine nella dieta e cancro al seno, con informazioni limitate su come si differenzino i tipi di cancro secondo lo stato dei recettori. In una recente analisi derivata dal Nurses' Health Study II con 12 anni di follow-up,è stata riportata un'associazione tra introito di carni rosse e cancro al seno in donne in premenopausa, specialmente con i tumori con recettori ormonali positivi. Tuttavia, non era chiaro se i risultati positivi fossero dovuti alla valutazione della dieta in età precoce o alla relativamente giovane età al momento della diagnosi di cancro mammario.

In quest'analisi aggiornata con un follow-up più lungo e circa tre volte il numero di casi di cancro al seno, è stata indagata l'associazione degli introiti totali di carni rosse trasformate e non prima della menopausa con il rischio di cancro al seno complessivo e separatamente tra donne in pre e post menopausa. Inoltre, è stata esaminata l'associazione tra cancro al seno ed altri cibi ricchi di proteine, quali pollame, pesce, uova, legumi e noci. Infine, è stato valutato se l'associazione tra carni rosse e cancro al seno differisca secondo lo stato dei recettori

Gli autori di questo studio prospettico di coorte hanno utilizzato i dati derivanti dal Nurses' Health Study II (studio prospettico di coorte iniziato nel1989 di 116.430 donne dai 24 ai 43 anni di età). Nel 1991, alle partecipanti era stato chiesto di completare un questionario sull'introito dietetico abituale nell'ultimo anno. Aveva risposto al questionario un totale di 97.813 donne, delle quali sono state incluse nell'analisi 88.803. La principale misura di esito era rappresentata dai casi incidenti di carcinoma mammario invasivo, identificati attraverso auto-report e confermati da report di patologia.

Risultati:

Sono stati documentati 2.830 casi di cancro al seno durante 20 anni di follow-up. Il più alto introito di carni rosse era associato ad un aumentato rischio di complessivo di cancro al seno (rischio relativo1.22, 95% intervallo di confidenza da 1.06 a 1.40; Ptrend=0.01, per il più alto quintile vs quello più basso di introito). Tuttavia, il più alto introito di pollame, pesce, uova, legumi e noci non era correlato al cancro al seno complessivo. Quando si valutava l'associazione secondo lo stato di menopausa, il più alto introito di pollo era associato ad un rischio più basso di cancro al seno nelle donne in post menopausa (0.73, da 0.58 a 0.91; Ptrend=0.02, per il quintile più alto vs il quintile più basso di introito) ma non nelle donne in premenopausa (0.93, da 0.78 a 1.11; Ptrend=0.60, per il quintile più alto vs il quintile più basso di introito). Valutando gli effetti della sostituzione di differenti fonti di proteine, la sostituzione di una porzione di legumi con una porzione di carne rossa era associata ad una riduzione del rischio di cancro al seno del 15% tra tutte le donne (0.85, da0.73 a 0.98) e ad una riduzione del rischio del 19% tra donne in premenopausa (0.81, da 0.66 a 0.99). Inoltre, la sostituzione di una porzione giornaliera di pollame con una di carne rossa era associata ad una riduzione del rischio complessivo di cancro al seno del 17% (0.83, da 0.72 a 0.96) e ad una riduzione del rischio del 24% tra donne in postmenopausa (0.76, da 0.59 a 0.99). Infine, la sostituzione di una porzione giornaliera di una combinazione di legumi, noci, pollame e pesce con una porzione di carne rossa era associata ad una riduzione del rischio di cancro mammario complessivo del 14% (0.86, da 0.78 a 0.94) e del cancro mammario in premenopausa (0.86, da 0.76 a 0.98).
Gli autori concludono che un alto introito di carni rosse in giovani adulte può essere un fattore di rischio per cancro mammario e sostituire la carne rossa con una combinazione di legumi, pollame, uova, noci e pesce può ridurre il rischio di cancro al seno.

Da questo studio è derivato che:
• Un più elevato consumo di carni rosse durante la prima età adulta era associato ad un aumento del rischio di cancro al seno
• Un consumo più elevato di pollame durante la prima età adulta era correlato ad una ridotta incidenza di cancro al seno nelle donne in postmenopausa
• La sostituzione di una combinazione di pollame, pesce, legumi e noci come fonti di proteine con la carne rossa durante la prima età adulta sembra essere di beneficio per la prevenzione del cancro al seno.

Fonte:

Dietary protein sources in early adulthood and breast cancer incidence: prospective cohort study. Farvid MS. BMJ 2014;348:g3437

A cura di Patrizia Iaccarino