



Société Francophone  
Nutrition Clinique et Métabolisme  
Nourrir l'Homme malade

# Jeûner avant une chimiothérapie : bonne ou mauvaise idée ?

[Dossier de presse](#)

Il est parfaitement légitime, lorsque le cancer nous touche, de chercher à mettre toutes les chances de notre côté pour mieux vivre cette période, et parvenir à la guérison.

Certains patients et proches se posent la question du bénéfice d'un jeûne thérapeutique avant une chimiothérapie afin de mieux en supporter les effets indésirables.

Cependant, le corps médical peut se montrer circonspect, voire réticent face à cette demande.



## 1. TROIS TYPES DE JEÛNES THÉRAPEUTIQUES

Le jeûne que l'on dit thérapeutique consiste à limiter les apports alimentaires durant une période déterminée avant le traitement par chimiothérapie. Il existe plusieurs types de jeûnes :

- **le jeûne intermittent** est une alimentation normale entrecoupée de courtes périodes (24h à 72h) d'absence totale de toute nourriture ou même complément nutritionnel ;
- **la restriction calorique** consiste à réduire de façon importante (20 à 40%) les apports énergétiques et protéiques durant 5 à 7 jours consécutifs, sans complément nutritionnel ;
- **le régime cétogène** est une alimentation très appauvrie en glucides (< 5%) mais comportant 80 à 90% de lipides (matières grasses) et une quantité normale de protéines. Ainsi, même si la proportion des nutriments est différente, le régime cétogène apporte autant de calories qu'une alimentation normale. La durée de cette restriction doit dépasser sept à dix jours.

## 2. LE JEÛNE THÉRAPEUTIQUE : QUELS BÉNÉFICES ?

De nombreuses pages Internet (plus ou moins sérieuses et documentées) sont consacrées au jeûne thérapeutique lors du traitement d'un cancer.

Mais devant un patient exprimant son souhait de faire un jeûne avant le traitement, beaucoup de médecins peuvent se montrer réticents. La raison en est qu'à l'heure actuelle, **les données scientifiques ne permettent pas de dire si le jeûne thérapeutique apporte, ou pas, un quelconque bénéfice.**

Les seules études qui ont montré un effet du jeûne thérapeutique sur la réponse des cellules au traitement par chimiothérapie, ont été menées sur des cellules en culture et sur des souris. **Impossible donc d'en tirer des conclusions sur l'Homme malade.**

Le sujet mérite pourtant que l'on s'y consacre. **Une dizaine d'essais cliniques sont actuellement en cours aux États-Unis et en Allemagne**, entre autre, afin d'étudier l'effet des régimes restrictifs au cours du traitement d'un cancer. Leurs conclusions permettront peut être d'en savoir plus sur ce sujet.

**BÉNÉFICES  
INCONNUS**

**RISQUES  
D'AGGRAVER  
OU D'ENTRAÎNER  
UNE DÉNUTRITION**

L'évaluation de la balance bénéfices/risques de pratiquer un jeûne avant une chimiothérapie, permet souvent au médecin de faire son choix et de proposer à son patient la prise en charge qui lui semble être la meilleure.

### UN RAPPORT D'EXPERTS SUR LE SUJET

Le Réseau NACRe (National Alimentation Cancer Recherche) a publié en décembre 2017 un rapport très complet sur le jeûne et les régimes restrictifs au cours de la maladie cancéreuse. Ce rapport, disponible sur le site de l'INRA et de la SFNEP rend une analyse synthétique, précise et méticuleuse de toutes les études publiées sur le jeûne et tient compte des aspects socio-anthropologiques de cette démarche.

© Réseau NACRe. Jeûne, régimes restrictifs et cancer : revue systématique des données scientifiques et analyse socio-anthropologique sur la place du jeûne en France. Novembre 2017.



### 3. CANCER ET PERTE DE POIDS

**Si les effets bénéfiques des régimes restrictifs en cas de cancer ne sont pas connus, les potentiels effets négatifs, eux, le sont depuis longtemps.**

Une situation de cancer est en soi, une situation qui prédispose à perdre du poids. En effet, les personnes qui en sont atteintes ont tendance à voir leur **prise alimentaire diminuer** d'un côté (diminution de l'appétit, difficulté à déglutir, douleurs, etc.) et **leurs besoins énergétiques augmenter** de l'autre.

Il en résulte une **perte de poids** qui affecte principalement la masse maigre, c'est-à-dire la masse musculaire. C'est ce que l'on appelle un état de **dénutrition**.

**Dans cette situation, un régime restrictif risque d'exposer encore davantage le patient à une dénutrition, ou d'aggraver celle-ci.**

Or, perdre du poids durant un cancer et être en état de dénutrition, ce n'est pas anodin et sans conséquence.

#### EN QUELQUES CHIFFRES

La dénutrition est un **problème majeur** pour les personnes atteintes de cancer et accompagne souvent l'évolution de la maladie. Parce qu'il n'y a pas un cancer mais des cancers, les risques de dénutrition associés sont variables. En effet, selon plusieurs études, 30% à 50% des patients atteints de cancer ont subi une perte de poids et sont potentiellement dénutris avant même le début du traitement.

Jusqu'à 80% des personnes atteintes des formes de cancers les plus avancées et de certains cancers (comme les cancers ORL), peuvent être dénutries.



## 4. CANCER ET DÉNUTRITION : QUELLES CONSÉQUENCES ?

De nombreuses études ont montré qu'une perte de poids supérieure à 15% altérerait le pronostic vital de la personne malade, indépendamment du type de cancer.

Les personnes atteintes d'un cancer sont 5% à 25% à décéder des conséquences de la dénutrition.

La dénutrition multiplie par 4 le risque de développer une infection nosocomiale.

Elle a pour conséquence d'augmenter le risque de complications mineures et majeures postopératoires ainsi qu'après un traitement de chimiothérapie et de radiothérapie.

Elle entraîne une dégradation de la qualité de vie des patients.

Enfin, en augmentant la durée du séjour hospitalier, la dénutrition augmente également son coût.

The logo for SFNEP is located in the top right corner, enclosed in a white circle with a blue border. It features the acronym 'SFNEP' in a bold, blue, sans-serif font. Above the letters is a stylized yellow and blue swoosh. Below the acronym, the full name 'Société Francophone Nutrition Clinique et Métabolisme' and the slogan 'Nourrir l'Homme malade' are written in a smaller, black, sans-serif font.

**SFNEP**

Société Francophone  
Nutrition Clinique et Métabolisme  
Nourrir l'Homme malade

# Contact

## LA SFNEP

*Société Francophone de Nutrition Clinique et Métabolisme*

Société savante à but non-lucratif, la SFNEP regroupe des médecins, pharmaciens et diététiciennes experts en nutrition clinique. Son objectif principal est d'améliorer la prise en charge nutritionnelle des patients.

Pour en savoir plus :

[www.sfnep.org](http://www.sfnep.org)

[www.nutritionclinique.fr](http://www.nutritionclinique.fr)

**Vous souhaitez être mis en relation avec un expert  
pour approfondir le sujet ?**

**N'hésitez pas à nous contacter !**

### **Société K'Noë**

15 rue Carnot

94270 Le Kremlin-Bicêtre

Tel. : 01 56 20 28 28

Fax : 01 56 20 28 29

E-mail : [ajouval@k-noe.fr](mailto:ajouval@k-noe.fr)