

Cancer du sein : les femmes travaillant de nuit sont plus exposées

Par Janlou Chaput, Futura-Sciences

FUTURA SANTE 24 juin 2012

Les femmes qui travaillent plus de deux nuits par semaine durant six années ont 50 % de risques en plus de déclarer un [cancer du sein](#). Ces risques sont même multipliés par 4 pour les femmes qui préfèrent se lever tôt le matin. Les chercheurs pensent que la dérégulation de l'horloge biologique pourrait être responsable.

Certaines usines ou entreprises tournent 24 heures sur 24 grâce au travail posté, où des équipes de travailleurs se relaient par exemple toutes les 8 heures (le fameux « trois-huit »). Inéluctablement, certains salariés sont dans l'obligation de [travailler la nuit](#). Cela concerne un employé sur dix en Europe et une personne sur cinq aux États-Unis. Pourtant, de telles pratiques ne seraient pas sans conséquences sur la santé.

Des travaux menés en 2007 par le Centre international de recherche sur le [cancer](#) ([Circ](#)) montraient par exemple que le travail de nuit déréglaient l'horloge biologique et qu'il était probablement cancérigène. Une étude pilotée par la [Société danoise contre le cancer](#) vient de publier dans *Occupational and Environmental Medicine* un nouvel article scientifique qui va dans ce sens. Les femmes amenées à travailler une fois le soleil couché sont plus susceptibles de souffrir d'un cancer du sein.

Travail de nuit et cancer du sein : jusqu'à 4 fois plus de risques

Les chercheurs ont contacté 210 femmes de l'armée danoise, qui ont travaillé pour cette institution entre 1964 et 1964 (sur les 218 femmes au total). Ces militaires ont déclaré un [cancer du sein](#) entre 1990 et 2003 et étaient toujours vivantes en 2005 ou 2006. Parmi elles, 141 ont accepté de répondre à un questionnaire de 28 pages, sur leur travail, leur mode de vie, leur utilisation de [contraceptifs](#), les [thérapies](#) hormonales qu'elles ont pu subir ou leur exposition au soleil. Il leur était également demandé de préciser si elles étaient plutôt matinales ou si elles préféraient veiller tard la nuit. Leurs réponses ont été comparées à 551 de leurs anciennes collègues, du même âge mais n'ayant pas contracté de cancer du sein.



La mammographie est l'examen médical qui permet de détecter le cancer du sein. On savait déjà que certains polluants, la consommation d'alcool ou le manque d'activité physique contribuaient à l'apparition de la maladie. Faut-il ajouter le travail de nuit ? © National Cancer Institute, Wikipédia, DP

Une analyse globale des données récoltées révèle que les femmes travaillant de nuit ont 40 % de risques en plus de contracter une [tumeur mammaire](#) que les autres. Il s'élève même à 50 % lorsque le labeur [nocturne](#) se produit au moins trois fois par semaine pendant six ans, et la probabilité de déclarer cette maladie chez les femmes matinales est multipliée par quatre.

Dérégulation de l'horloge biologique ou manque de lumière ?

L'une des hypothèses émises par les chercheurs concernait le manque de soleil et de [vitamine D](#) auxquels s'exposent les travailleurs de la nuit. Elle est fortement compromise depuis que les auteurs ont constaté que ces derniers passaient plus de temps que leurs collègues à prendre la lumière naturelle.

L'autre piste [porte](#) sur la dérégulation de l'horloge biologique que de telles habitudes entraînent. En effet, nous sommes une [espèce diurne](#) et nous suivons un [rythme circadien](#). Notre corps réagit donc différemment en fonction de la [luminosité](#) extérieure. Il synthétise notamment l'[hormone](#) du sommeil, la [mélatonine](#), qui, entre autres, protégerait contre certains cancers en ralentissant le développement de cellules tumorales.

Les auteurs reconnaissent que ce travail est potentiellement biaisé, car il n'a concerné que les femmes ayant survécu au cancer du sein. Les chiffres auraient été encore plus frappants s'ils avaient inclus également les femmes décédées, et sur un échantillon plus important pour être réellement représentatif.

Pour éclaircir davantage la situation, le Royaume-Uni vont mener une étude afin de déterminer le dérèglement de l'[horloge biologique](#) par le travail et le mode de vie. Mais les résultats ne seront pas disponibles avant 2015.

