

Tomate ou pas tomate ?

La très sérieuse FDA américaine (Food and Drug Administration) vient de conclure à la mise en sourdine des conseils mettant en avant la potentialité pour la tomate et le lycopène de prévenir du cancer.

Dans un article publié le 10 juillet 2007 dans le Journal of the National Cancer Institute, le Docteur Claudine KAVANAUGH avance qu'il n'y a pas de « credible evidence » que la consommation de lycopène, le pigment qui donne à la tomate sa couleur rouge, bloque le risque de quelque type de cancer que ce soit. Pour les cancers de la prostate, des ovaires et du pancréas, les auteurs utilisent les termes « évidence très limitée » quant au rôle de la tomate.

Dans un article complémentaire, le Dr Edward GOVANNUCCI estime que s'il ne faut pas se jeter sur les tomates, il n'en reste pas moins qu'il s'agit d'un domaine de recherche prometteur. Si le rôle de la tomate dans la prévention du cancer de la prostate est aujourd'hui minime, c'est parce que la plupart des cancers de la prostate sont désormais identifiés à un stade précoce. Les études qui avaient démontré un rôle de prévention du lycopène se sont déroulées avant la prise en compte du test PSA, suggérant ainsi un rôle dans les cancers plus évolués.

En conclusion, la tomate a peu d'effet à un stade précoce du cancer de la prostate, mais peut être efficace pour prévenir les cancers avancés.

Journal of the National Cancer Institute, online July 10, 2007.