

# NE SOYEZ PAS VICTIME DES IDÉES FAUSSES !!

## VOTRE SANTÉ PEUT EN DÉPENDRE !



**PRATIQUER LE JEÛNE  
POUR MIEUX SUPPORTER  
LES CHIMIOTHÉRAPIES !**

### EN RÉALITÉ

Aucun effet bénéfique du jeûne n'a été démontré, que ce soit sur la maladie ou sur les effets du traitement. Certaines études ont même rapporté des effets délétères de ce régime comme une diminution de l'efficacité des traitements anticancéreux, ainsi qu'un risque d'aggravation de la dénutrition.

**FAUX!**

**BOIRE DU LAIT  
FAVORISE LE CANCER**

**FAUX!**



### EN RÉALITÉ

Il a été démontré que le calcium présent dans le lait peut jouer un rôle préventif, dans certains cas, en particulier pour le cancer colorectal. La consommation dans la limite recommandée de deux produits laitiers par jour fait partie d'une alimentation équilibrée. Le lait contient des protéines, du calcium, de la vitamine D et B12 et du phosphore, essentiels pour l'organisme.



**SE PRIVER DE FÉCULENTS  
POUR TUER LES CELLULES  
CANCÉREUSES !**

### EN RÉALITÉ

Les féculents apportent l'énergie indispensable dont notre corps a besoin et participent au bon fonctionnement des cellules. S'en priver provoquerait un déséquilibre de l'organisme. Dans la mesure du possible, aller vers des féculents complets, riches en fibres.

**FAUX!**

**FAKE  
NEWS**

**COMPLÉMENTS  
ALIMENTAIRES ET  
ALIMENTS "MIRACLES" POUR  
COMBATTRE LE CANCER !**

**FAUX!**



### EN RÉALITÉ

La consommation de compléments alimentaires ou d'aliments "miracle" (curcuma, spiruline..) n'est pas recommandée. Il n'a pas été démontré d'effets bénéfiques pendant la maladie et certains compléments peuvent réduire l'efficacité de traitements anti-cancéreux. Les allégations anti-cancer pour certains complémentaires ou aliments proviennent d'études réalisées uniquement sur des cellules et des animaux, et n'ont jamais confirmé leur bénéfice anti-cancer sur l'homme. Aucun complément ne vaut une alimentation variée et saine bien plus bénéfique pour la santé.

**PATIENTS, PARLEZ-EN  
À VOTRE ÉQUIPE MÉDICALE**



Ce document a été réalisé dans le cadre des travaux du Groupe expert régional Sud Paca Corse Nutrition & Cancer - Soins de support  
Remerciements aux établissements de santé, aux URPS et aux associations de patients membres du Groupe  
**Informations complémentaires et sources documentaires à retrouver sur le portail ProInfosCancer.org**

Avec la relecture du réseau NACRe