



COMMUNIQUE POUR LES MEDIAS

Nicole Bulliard, chargée de communication prévention, nicole.bulliard@swisscancer.ch
Téléphone direct 031 389 91 57

Berne, le 9 mars 2007

Mieux vaut prévenir que guérir

La Ligue suisse contre le cancer publie une nouvelle brochure sur le thème «manger sainement pour diminuer son risque de cancer». Elle émet des recommandations diététiques et expose les principaux liens de causalité entre cancer et alimentation. La version intégrale existe aussi dans les langues de la population migrante; elle peut être commandée auprès de la Ligue suisse contre le cancer.

Une alimentation saine et variée a une grande influence sur la santé. Dans les pays industrialisés, on estime que plus d'un tiers des coûts de la santé sont dus à des maladies en lien avec l'alimentation comme le cancer, une surcharge pondérale, le diabète, une pression sanguine élevée, un fort taux de graisse dans le sang (cholestérol) et les maladies cardio-vasculaires qui vont de pair.

Brochure «Une alimentation équilibrée favorise la santé»

La première partie de la brochure est consacrée à la pyramide alimentaire en tant que base d'une alimentation saine. La seconde aux facteurs qui augmentent le risque de cancer comme une surcharge pondérale ou les substances cancérigènes contenues dans certains aliments. La brochure indique comment abaisser le risque de cancer, notamment par la consommation de fruits et légumes. Pour chaque thème, des conseils précis facilitent la mise en application quotidienne.

Aussi dans les langues de la population migrante

La Ligue suisse contre le cancer produit aussi du matériel d'information dans les langues des migrants, notamment dans le domaine de la prévention. Elle peut compter sur la collaboration de migesplus, un projet de la Croix-Rouge suisse et de l'Office fédéral de la santé publique qui a pour but de rendre les informations relatives à la santé plus accessibles à la population migrante de Suisse.

La nouvelle brochure «**Une alimentation équilibrée favorise la santé**» est disponible en six langues: français, allemand, italien, albanais, portugais et serbo-croate-bosniaque.



ligue suisse contre le cancer

Elle peut être commandée auprès de la Ligue contre le cancer, sur le site www.swisscancer.ch.