BILAN MÉDIA-CONSERVATEURS CANCER DIABÈTE-08012026

Inserm

SOMMAIRE

PRESSE

LE CANARD ENCHAINE (21 janvier 2026)	Les ultras de la malbouffe	5
LE QUOTIDIEN DU MEDECIN (16 janvier 2026)	Cancer, DT2 : alerte sur les conservateurs	6
LE CANARD ENCHAINE (14 janvier 2026)	UNE NOUVELLE ÉTUDE DE L'INSERM POINTE LE LIEN ENTRE CONSERVATEURS ALIMENTAIRES ET CANCERS	7
LE FIGARO (12 janvier 2026)	Les conservateurs augmenteraient le risque de diabète et de cancer	8
LA MONTAGNE (09 janvier 2026)	Alerte sur les conservateurs	9
MIDI LIBRE (09 janvier 2026)	SANTÉ - Attention aux aliments ultratransformés	10
LIBERATION (09 janvier 2026)	Additifs alimentaires : des conservateurs soupçonnés de causer cancers et diabète	11
LE TELEGRAMME (09 janvier 2026)	Cancers diabète... Des conservateurs alimentaires pointés du doigt	14
LE MONDE (09 janvier 2026)	Les additifs conservateurs associés à un risque accru de cancer	16
AFP - AGENCE FRANCE-PRESSE ECONOMIQUE (08 janvier 2026)	Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires	18
AFP - AGENCE FRANCE-PRESSE ECONOMIQUE (08 janvier 2026)	Alimentation: le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs	20
DNA - DERNIERES NOUVELLES D'ALSACE (08 janvier 2026)	Des additifs dangereux pour la santé	22
LE DAUPHINE LIBERE (08 janvier 2026)	Il y a urgence à mieux évaluer les additifs alimentaires dangereux	23
LE PROGRES (08 janvier 2026)	Il y a urgence à mieux évaluer les additifs alimentaires dangereux	25
L'ALSACE (08 janvier 2026)	Des additifs dangereux pour la santé	26
AFP - AGENCE FRANCE-PRESSE (08 janvier 2026)	Alimentation: le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs	27
AFP - AGENCE FRANCE-PRESSE (08 janvier 2026)	Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires	29

TV

France 5 (09/01/26 à 13:39)	Le Mag de la santé	31

RADIO

Sud Radio (29/01/26 à 11:57)	Mettez-vous d'accord	32
franceinfo (08/01/26 à 08:05)	Le 6 | 9	33
France Inter (08/01/26 à 07:30)	La Grande Matinale	34
Ici Champagne-Ardenne (08/01/26 à 07:05)	Ici Matin - Ici Champagne-Ardenne	35
Ici Pays d'Auvergne (08/01/26 à 07:05)	Ici Matin - Ici Pays d'Auvergne	36
franceinfo (08/01/26 à 06:37)	Le 6 | 9	37
France Inter (08/01/26 à 06:21)	LE 5/7	38
franceinfo (08/01/26 à 05:05)	Le 5 | 6	39

WEB

www.lecanardenchaine.fr (24 janvier 2026)	Les ultras de la malbouffe trinquent à notre santé	40

theconversation.com (13 janvier 2026)	Additifs conservateurs : deux grandes études suggèrent des liens avec un risque accru de cancers et de diabète de type 2	42
www.aufeminin.com (13 janvier 2026)	"Risque de cancer" : ces conservateurs sont à éviter absolument selon 60 Millions de consommateurs	47
sante.lefigaro.fr (11 janvier 2026)	Augmentation des risques de diabète et de cancer, les conservateurs alimentaires dans le viseur	49
www.mariefrance.fr (10 janvier 2026)	Cancer, diabète : ces 16 additifs alimentaires (E200-E399) à fuir d'urgence selon les études françaises	51
www.rtl.fr (10 janvier 2026)	Cancers, diabète : ces conservateurs alimentaires sont soupçonnés de faciliter l ' apparition de pathologies	53
www.sciencesetavenir.fr (9 janvier 2026)	Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires	55
www.elle.fr (9 janvier 2026)	Charcuteries, sodas, sauces : ces conservateurs associés à un risque accru de cancers et de diabète	58
www.lepoint.fr (8 janvier 2026)	Cancers et diabète : l'alerte sur les conservateurs alimentaires	60
www.ouest-france.fr (8 janvier 2026)	Cancers, diabète… : les conservateurs alimentaires soupçonnés	63
www.tf1info.fr (8 janvier 2026)	Suspectés d'être mauvais pour la santé, quels sont les conservateurs alimentaires à éviter ?	65
www.bfmtv.com (8 janvier 2026)	Pourquoi l'Inserm alerte-t-il sur les liens entre conservateurs alimentaires, cancer et diabète?	67
www.egora.fr (8 janvier 2026)	Cancers, diabète : la dangerosité des conservateurs alimentaires confirmée dans 2 études en population réelle	68
www.lequotidiendumedecin.fr (8 janvier 2026)	Les conservateurs alimentaires sont associés à un risque accru de cancer et de diabète de type 2	70
www.aufeminin.com (8 janvier 2026)	Ces additifs cachés dans cette charcuterie du brunch augmenteraient le risque de cancer de la prostate	73
www.rfi.fr (8 janvier 2026)	Alimentation: les risques de cancer et de diabète augmentent avec certains conservateurs, révèlent des études	75
www.pourquoidocteur.fr (8 janvier 2026)	Cancer, diabète : les additifs conservateurs épinglée par plusieurs études	77
www.brut.media (8 janvier 2026)	Cancers, diabète... Ce que révèlent deux études françaises sur plusieurs conservateurs alimentaires	79
www.sudouest.fr (8 janvier 2026)	Aliments transformés : les conservateurs associés à un risque accru de cancer et de diabète de type 2	81
www.60millions-mag.com (8 janvier 2026)	Dans les gâteaux ou le jambon, ces conservateurs augmentent le risque de cancer et de diabète	83
www.20minutes.fr (8 janvier 2026)	Cancers, diabète… Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires	85
www.midilibre.fr (8 janvier 2026)	Une vingtaine de conservateurs dangereux dans notre alimentation : l'alerte de chercheurs français sur les produits transformés	88
www.santemagazine.fr (8 janvier 2026)	Acide ascorbique, extraits de romarin et nitrites : des conservateurs alimentaires augmentent le risque de cancer et de diabète de type 2	90
www.letelegramme.fr (8 janvier 2026)	Cancers, diabète... Quels sont les conservateurs alimentaires pointés du doigt par deux études françaises ?	93
www.lavoixdunord.fr (8 janvier 2026)	Alimentation : le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs, montrent deux études d'envergure	96
www.mediapart.fr (8 janvier 2026)	Santé alimentaire : deux études d'ampleur décortiquent les risques associés aux conservateurs	98
www.sudouest.fr (8 janvier 2026)	Alimentation : le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs, selon deux études françaises	101

www.topsante.com (8 janvier 2026)	Si vous avez l'habitude d'acheter ces aliments au supermarché, ces deux études françaises devraient vous faire changer d'avis : ils sont impliqués dans le diabète et le cancer	103
www.ouest-france.fr (8 janvier 2026)	Alimentation : des conservateurs associés à un risque accru de cancer et de diabète	105
www.nouvelobs.com (8 janvier 2026)	Additifs alimentaires : une consommation plus élevée de certains conservateurs associée à un risque accru de cancer et de diabète	107
www.dna.fr (8 janvier 2026)	Consommation. Additifs alimentaires : de nouvelles études alertent sur les risques de cancer et de diabète	109
www.leprogres.fr (8 janvier 2026)	Additifs alimentaires : de nouvelles études alertent sur les risques de cancer et de diabète	111
www.estrepublicain.fr (8 janvier 2026)	Consommation. Additifs alimentaires : de nouvelles études alertent sur les risques de cancer et de diabète	113
www.la-croix.com (8 janvier 2026)	Les conservateurs alimentaires liés à une hausse du risque de cancer et de diabète de type 2	115
www.bfmtv.com (8 janvier 2026)	Cancers, diabète: ce que révèlent deux études françaises sur les effets néfastes des conservateurs "omniprésents"	118
www.tf1info.fr (8 janvier 2026)	Cancers et diabète favorisés par les conservateurs alimentaires ? Deux études le suggèrent	121
www.lemonde.fr (8 janvier 2026)	Alimentation transformée : une forte consommation d'additifs conservateurs associée à un risque accru de cancers et de diabète	123
www.laprovence.com (8 janvier 2026)	Aliments transformés : les conservateurs associés à un risque accru de cancer et de diabète de type 2	126
www.leparisien.fr (8 janvier 2026)	Du nitrite aux extraits de romarin, ces conservateurs alimentaires à l'origine de cancer et de diabète	128
www.liberation.fr (8 janvier 2026)	Conservateurs alimentaires dans la nourriture ultratransformée : l'Inserm alerte sur le risque de cancer et de diabète de type 2	132
www.femmeactuelle.fr (8 janvier 2026)	Cancer et diabète : l'alerte des chercheurs sur ces additifs alimentaires consommés quotidiennement - et comment s'en protéger	135
www.notretemps.com (8 janvier 2026)	Alimentation: le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs	139
www.mediapart.fr (8 janvier 2026)	Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires	140
www.humanite.fr (8 janvier 2026)	Malbouffe : les conservateurs augmentent les risques de cancer et de diabète de type 2	142

Presse écrite FRA

Le Canard enchaîné

Edition : **21 janvier 2026 P.5**

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**

Périodicité : **Hebdomadaire**

Audience : **N.C.**

Journaliste : **-**

Nombre de mots : **419**

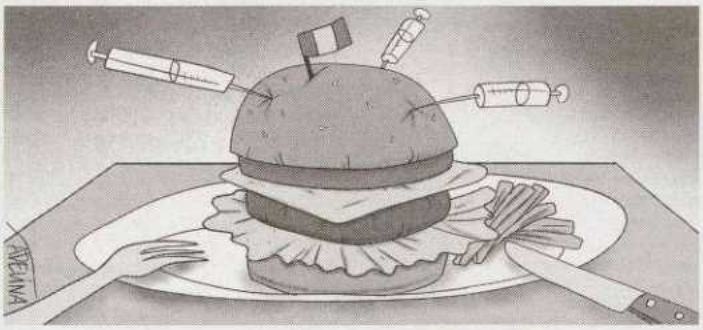
CONFLIT DE CANARD

Les ultras de la malbouffe

DUR À AVALER pour l'industrie agroalimentaire. Des chercheurs viennent de prouver que manger abondamment des aliments ultratransformés, farcis d'additifs, était susceptible d'augmenter le risque de cancer et de diabète sucré. En passant au crible le menu et le mode de vie de 105 000 Français, puis en brassant ces données avec leur état de santé, des épidémiologistes de l'Inserm, l'Institut national de la santé et de la recherche médicale, ont montré qu'une grosse dizaine de conservateurs utilisés par les industriels pour prolonger la durée de vie de leurs produits favorisaient l'apparition de diabète sucré et de cancers.

Nougatine sur la bûche, les aliments ultratransformés, les fameux « AUT », participent aussi méchamment à l'« épidémie » d'obésité. Une étude menée cinq ans durant sur 350 000 Européens a mis les pieds dans le plat en démontrant qu'avaler à gogo des AUT augmentait de 15 % le risque de surpoids ou d'obésité (Centre international de recherche sur le cancer, 9/21). Cherchez l'erreur : le ministère de la Santé vient de sortir son plan de bataille sur quatre ans pour contrer l'obésité galopante ; alors que 10 millions de Français sont obèses, soit près de 18 % de la population adulte, pas un mot sur les aliments ultratransformés.

Il faut dire que l'agroalimentaire veille au gras. Pas question de toucher aux AUT, ces aliments ultratriturés, bourrés d'additifs et pas chers à fabriquer, qui représentent aujourd'hui huit produits sur dix dans les rayons des supermarchés ! Message reçu cinq sur cinq par la ministre de l'Agriculture. A la demande expresse d'Annie Genevard, la mention « limiter les produits ultratransformés » a carrément été effacée de la Stratégie nationale pour l'alimentation, la nutrition et le climat, ce plan interministériel censé poser les bases d'une alimentation saine et durable.



Depuis que la cellule d'investigation de Radio France a révélé l'entourloupe (28/11/25), Matignon a remis le doc au frigo. Ça passe crème pour l'Association nationale des industries alimentaires (Ania), qui juge dénigrante la formule « aliments ultratransformés », et dont l'ancien directeur de la com' a rejoint le cabinet du Premier ministre, Sébastien Lecornu.

Mais le député LFI Loïc Prud'homme, grand pourfendeur de la malbouffe à l'Assemblée, a décidé de ne pas lâcher le morceau. Avec quatre autres parlementaires, il a déposé une proposition de loi transpartisane pour « protéger la santé publique en luttant contre les denrées alimentaires ultratransformées ». L'Ania va être ultrafâchée...

322825 - CISION 5620960700502

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

LE QUOTIDIEN DU MEDECIN

Edition : **16 janvier 2026 P.23**
Famille du média : **Médias professionnels**
Périodicité : **Hebdomadaire**
Audience : **163590**
Sujet du média : **Médecine**

Journaliste : **Juliette Dunglas**
Nombre de mots : **460**

l'actu

Santé publique

Sécurité alimentaire

Cancer, DT2 : alerte sur les conservateurs

La cohorte NutriNet-Santé met en lumière une association entre exposition chronique aux conservateurs alimentaires et surrisque de diabète de type 2 et de cancer.

Une exposition chronique aux conservateurs est associée à un risque plus élevé de diabète de type 2 (DT2) et de cancers, notamment de la prostate et du sein. C'est ce que révèlent deux études fondées sur la cohorte NutriNet-Santé, lancée en 2009 et comptabilisant à ce jour plus de 182 000 participants.
L'équipe Inserm/Inrae/Université Sorbonne Paris Nord/Université Paris Cité/Cnam publie ses résultats sur le lien avec les cancers (1) dans le *British Medical Journal* et ceux sur le DT2 dans *Nature Communications* (2).
« Il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de DT2. Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales », a expliqué la directrice de recherche Inserm Mathilde Touvier.
Pour les auteurs, ces nouvelles données appellent à *« une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs alimentaires »* et à *« limiter l'utilisation de conservateurs inutiles »* par les industriels, en accord avec *« les recommandations du programme national nutrition santé (PNNS) invitant les consommateurs à privilégier les aliments frais et peu transformés »*. Précédemment, la cohorte NutriNet-Santé avait pointé l'implication possible des nitrites et des émulsifiants dans la survenue de DT2 et de cancers.
Sur les 58 conservateurs au total dont 33 non anti-oxydants (« stricts ») et 27 additifs antioxydants, présents dans les préparations de fruits et légumes, de viandes transformées, de sauces ou encore de boissons alcoolisées, les chercheurs se sont penchés sur l'analyse de 17 d'entre eux.

Le cancer du sein le plus associé aux conservateurs stricts

La consommation de conservateurs non-antioxydants était associée à une incidence accrue de cancer au global (HR = 1,16), de cancer de la prostate (HR = 1,12) et de cancer du sein (HR = 1,22). L'association avec le cancer est retrouvée pour six conservateurs (sur les 17 étudiés), dont les sorbates (risque global de cancer augmenté de 14 %), les sulfites (+ 12 %) ou encore les acétates (+ 15 %).
Concernant le DT2, les consommations plus élevées de conservateurs étaient associées, à huit ans de suivi de plus de 108 000 personnes, à une incidence accrue de 47 % de la maladie (+ 49 % pour les non-antioxydants et + 40 % pour les antioxydants), par rapport aux plus faibles niveaux de consommation. Le DT2 était particulièrement associé à 12 conservateurs (sorbates, sulfites, nitrites, acétates, ascorbate, alpha-tocophérol...). De plus, l'alimentation ultratransformée était associée à une incidence plus élevée de diabète de type 2 (HR = 1,20).

Juliette Dunglas

(1) A. Hasenböhler et al., BMJ 2026;392:e084917
(2) A. Hasenböhler et al., Nat Commun 2025, 16, 11199

322825 - CISION 0730660700506

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

Le Canard enchaîné

Edition : **14 janvier 2026 P.5**

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**

Périodicité : **Hebdomadaire**

Audience : **N.C.**

Journaliste : **-**

Nombre de mots : **32**

322825 - CISION 3803360700507

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

LE FIGARO

Edition : **12 janvier 2026 P.14**

Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**

Périodicité : **Quotidienne**

Audience : **1664000**

Journaliste : **Pauline Fréour**

Nombre de mots : **852**

LE FIGARO SANTÉ

Les conservateurs augmenteraient le risque de diabète et de cancer

Omniprésentes dans les aliments industriels pour assurer leur longévité, ces substances sont mal étudiées quant à leur effet sur la santé.

Pauline Fréour

Dans les plats préparés, les gâteaux du goûter, le pain de mie, les boissons sucrées, les sauces pour les pâtes, la charcuterie... Les conservateurs alimentaires sont presque inévitables lorsque l'on fait les courses. Leur rôle : empêcher la prolifération de bactéries ou de champignons dans le produit ou sa dégradation par oxydation, qui le rendraient plus vite impropre à la consommation. Si leur utilité n'est pas remise en cause, l'innocuité à long terme de ces additifs commence tout juste à être étudiée à grande échelle.

Deux études françaises viennent de paraître simultanément dans le *BMJ* et *Nature Communications*, jeudi 8 janvier. Ces recherches ont été menées sur la grande cohorte NutriNet-Santé, qui recueille des informations précises sur la façon dont les Français se nourrissent. Quelque 100 000 volontaires sont suivis pendant plusieurs années et interrogés à trois reprises sur ce qu'ils ont mangé dans la journée. Ils doivent préciser les quantités ingérées et les marques des produits consommés (la nature et la quantité des additifs pouvant être très variable d'un fabricant à l'autre). En parallèle, ils doivent renseigner leurs habitudes de vie susceptibles d'avoir un impact sur leur santé : tabagisme, activité physique, maladies déclarées...

Ces deux études révèlent que certains des conservateurs ou anti-oxydants les plus fréquemment ingérés par les Français pourraient, en cas de consommation importante et régulière, augmenter les risques de développer un cancer et/ou un diabète de type 2. Ainsi, chez les personnes suivies, le sorbate de potassium (E202), le métabisulfite de potassium (E224) ou le nitrate de potassium (E252) font grimper le risque de cancer du sein de respectivement 26 %, 20 % et 22 %. La probabilité d'avoir un cancer de la prostate augmente de 32 % chez les personnes consommant beaucoup de produits contenant des nitrites (E250) (les charcuteries, par exemple). L'anti-oxydant appelé érythorbate de sodium (E316) élève le risque d'avoir un cancer en général de 12 %.

Concernant le diabète de type 2, les personnes consommant beaucoup de conservateurs avaient un risque majoré de 47 % par rapport aux « petits » consommateurs. À noter que la relation n'est observée qu'en cas de consommation régulière et élevée des additifs. *« C'est le cas, par exemple, de quelqu'un qui mange quotidiennement l'équivalent des nitrites qu'on trouve dans une portion de nuggets de poulet »*, illustre Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, qui a supervisé ces travaux. Cela peut paraître peu, mais, précise la chercheuse, l'élément déterminant est le fait *« de répéter tous les jours »*.

Quoique significatifs sur le plan statistique, ces résultats restent à confirmer, poursuit-elle. Même si ces observations sont cohérentes avec des expériences réalisées précédemment sur des cellules ou des modèles animaux, elles restent des études dites épidémiologiques, qui établissent des relations statistiques mais ne permettent pas de prouver un lien de cause à effet. Il est donc crucial que les recherches se poursuivent, potentiellement dans d'autres régions du monde.

En parallèle, l'équipe espère que ces travaux seront pris en compte lors de la prochaine réévaluation par l'Autorité européenne pour la sécurité des aliments (EFSA) de la sécurité de ces additifs. Mathilde Touvier reconnaît toutefois que *« la question n'est pas simple, car, contrairement aux édulcorants ou aux colorants qui sont purement cosmétiques, il y a, dans le cas des conservateurs, une vraie question de bénéfice-risque, puisque certains préviennent réellement des altérations du produit »*.

Pour le Pr Boris Hansel, chef du service de nutrition à l'hôpital Bichat (AP-HP) et fondateur des contenus PUMS (« Pour une meilleure santé ») sur YouTube, ces travaux, quoique d'excellente qualité, restent des associations statistiques dont on ne peut, à ce stade, exclure des biais. Il met aussi en garde contre une surinterprétation qui pourrait générer une angoisse inutile. *« Ma crainte, c'est que certaines personnes aient l'impression qu'on ne peut plus rien manger, que tout est toxique. »*

Inutile, assure-t-il ainsi, de s'astreindre à décrypter les étiquettes : mieux vaut s'en tenir aux recommandations du PNNS (Programme national nutrition santé), *« qui restent tout à fait valides et sont même confortées par ces études. Il y a, depuis plusieurs années, un large consensus sur le fait qu'il faut réduire la consommation d'aliments ultra-transformés. Ce faisant, vous écartez de votre assiette beaucoup de produits contenant des conservateurs et un cocktail d'additifs. »*

Comment ce conseil se traduit-il au moment de remplir le chariot de courses ? Anthony Fardet, chercheur en alimentation préventive et durable à l'Inrae de Clermont-Ferrand-Theix, et auteur de *Pourquoi tout compliquer ? Bien manger est si simple* (Éditions Thierry Souccar, 2021), recommande de privilégier *« des aliments avec des listes d'ingrédients courtes, que vous reconnaissez. Au-delà de 5 ingrédients, il y a 75 % de chances que l'aliment industriel soit ultra-transformé. »* ■

« Contrairement aux édulcorants ou aux colorants qui sont purement cosmétiques, il y a, dans le cas des conservateurs, une vraie question de bénéfice-risque »

Mathilde Touvier
Directrice de recherche à l'Inserm

322825 - CISION 3659160700502

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

LA MONTAGNE

Edition : **09 janvier 2026 P.25**

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**

Périodicité : **Quotidienne**

Audience : **538000**

Journaliste : **Erwan Rousseau**

Nombre de mots : **322**

SANTÉ ■ Des études lient certains additifs au cancer et au diabète de type 2

Alerte sur les conservateurs

Cantonnés aux petites lignes des étiquettes, les conservateurs alimentaires font désormais l'objet d'une attention scientifique accrue.

Utilisés dans les produits transformés pour prolonger leur durée de conservation, ils appartiennent notamment aux familles des nitrates, des nitrites ou des sulfites. Deux grandes études françaises récentes, menées par des chercheurs de l'Inserm, de l'Inrae et de plusieurs universités mettent en évidence une association entre la consommation régulière de certains de ces additifs et un risque accru de cancers ainsi que de diabète de type 2.

SODA. L'acide phosphorique est l'un des conservateurs pointés par les études. ILLUSTRATION F. SALESSE

100.000 participants

Ces travaux reposent sur le suivi de plus de 100.000 participants de la cohorte NutriNet-Santé, observés pendant plus de dix ans. Il s'agit des premières analyses épidémiologiques de cette ampleur consacrées spécifiquement aux conservateurs alimentaires. Les résultats montrent que plusieurs additifs très répandus dans l'alimentation industrielle sont concernés. Certains, comme les nitrites et nitrates utilisés dans la charcuterie et les viandes transformées, ou encore les sulfites présents dans les boissons alcoolisées, sont associés à un risque accru de cancer.

D'autres conservateurs, largement employés dans les sauces, les plats préparés, les produits de boulangerie industrielle ou les sodas sont, quant à eux, liés à une augmentation du risque de diabète de type 2.

Ces substances figurent dans la liste des ingrédients, sous forme de codes « E » ou de dénominations chimiques, une information obligatoire mais souvent peu lisible pour les consommateurs. « Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits », estime auprès de l'AFP Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. « Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés. » ■

Erwan Rousseau

322825 - CISION 6372060700508

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

Midi Libre

Edition : **09 janvier 2026 P.18**

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**

Périodicité : **Quotidienne**

Audience : **287359**

Journaliste : **-**

Nombre de mots : **35**

SANTÉ

Attention aux aliments ultratransformés

Deux études de l'Inserm, publiées jeudi, montrent que certains conservateurs alimentaires (nitrites, sulfites, sorbates), largement présents dans les produits ultratransformés, sont associés à un risque accru de cancers et de diabète.

322825 - CISION 5142060700508

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

Libération

Edition : **09 janvier 2026 P.16**
Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**
Périodicité : **Quotidienne**
Audience : **1025000**

Journaliste : **ANAÏS MORAN**
Nombre de mots : **965**

EXPRESSO

Additifs alimentaires: des conservateurs soupçonnés de causer cancers et diabète

L'HISTOIRE DU JOUR

Deux vastes études de l'Inserm publiées jeudi suggèrent un lien entre des pathologies et la consommation élevée de certaines substances présentes dans la nourriture ultratransformée. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium et le cancer de la prostate.

Par
ANAÏS MORAN

Double mise en garde contre les aliments (ultra) transformés. On savait, grâce à une littérature scientifique foisonnante, que la nourriture industrielle exposait à de sérieux risques pour la santé. Jeudi, deux études épidémiologiques pilotées par l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) sont venues noircir le tableau. L'une, publiée dans le *British Medical Journal*, suggère une association entre la consommation élevée de plusieurs conservateurs et l'incidence de certains cancers. L'autre, parue dans la revue *Nature Communications*, pointe un lien similaire avec le risque de diabète de type 2.

Charcuterie. En France, les aliments industriels représentent un tiers de l'apport énergétique quotidien chez les adultes, et environ la moitié chez les enfants, d'après Santé publique France. La catégorie des aliments transformés est vaste, avec plusieurs dizaines de milliers de produits contenant des additifs.

Dans ces études, les chercheurs, supervisés par Mathilde Touvier, la directrice de l'Inserm, se sont penchés sur 17 additifs. Certains sont des substances antioxydantes retardant ou empêchant la détérioration des aliments (elles sont généralement notées de E300 à E399 sur les étiquettes). D'autres, les conservateurs au sens strict (E200 et E299), inhibent la croissance microbienne et/ou ralentissent les changements chimiques conduisant à la détérioration des aliments.

Ces 17 additifs sont ceux consommés par au moins 10 % des participants de la cohorte NutriNet-Santé, un groupe de personnes suivies par les scientifiques. Pour ces deux projets, plus de 100 000 participants (dont près de 80 % de femmes) ont renseigné pendant environ sept ans leurs consommations alimentaires en incluant les noms et marques des produits (en plus de leurs antécédents médicaux, leurs activités physiques, leurs données sociodémographiques, etc.).

Conclusion : parmi les 17 ad-

322825 - CISION 9601060700506

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

ditifs étudiés, la consommation élevée de six d'entre eux est associée à un risque accru de certains cancers, et celle de douze d'entre eux pour le diabète de type 2. Attention, cela ne signifie pas qu'un rapport de causalité directe est prouvé. Pour l'heure, ces observations relèvent d'associations statistiques. *«Il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2,* résume Mathilde Touvier. *Bien que les résultats doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés.»*

Réglementations. Au cours du suivi, 4226 participants de la cohorte ont reçu un diagnostic de cancer. Les nitrites, omniprésents dans la charcuterie, sont notamment pointés du doigt. Les chercheurs rapportent ainsi que le nitrite de sodium (noté E250 et qui peut se retrouver dans le jambon blanc, le saucisson, le bacon, la bresaola...) est associé à une augmentation de 32% du risque de cancer de la prostate. Exemple de niveau de consommation qui accroît ledit risque? *«Une boîte de cinq à six nuggets qui contiendrait des conservateurs de type nitrite,* illustre Mathilde Touvier. *Mais pas une boîte de nuggets de temps en temps, [on parle] d'un apport quotidien, régulier, de cette quantité-là.»* En 2022, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) avait confirmé l'existence d'une *«association»* entre l'exposition aux nitrites via la viande transformée et le risque de cancer colorectal.

Cinq autres conservateurs sont également associés à des incidences accrues de cancer. Avec en tête, le cancer du sein. Selon ces résultats, le nitrate de potassium (présent dans la charcuterie également, mais aussi dans certains fromages), le sorbate de potassium (gnocchis, yaourts aromatisés ou aux fruits, madeleines...), le métabisulfite de potassium (alcool, fruits secs...), l'erythorbate de sodium (jus de fruits, conserves de poisson...), et les acétates (sauces industrielles, condiments...) correspondent respectivement à une augmentation de 22%, 26%, 20%, 21% et 25% du risque de cancer du sein.

Les mécanismes biologiques à l'origine de cette hausse restent encore à expliquer, même si les premières données issues *«d'études expérimentales mettent en avant une potentielle augmentation de la prolifération cellulaire, une altération des voies métaboliques, un effet pro-inflammatoire ou encore une altération des voies de signalisation [pouvant modifier] les réponses immunitaires et ou inflammatoires»,* développe la doctorante Anaïs Hasenböhler, première autrice des deux travaux de l'Inserm.

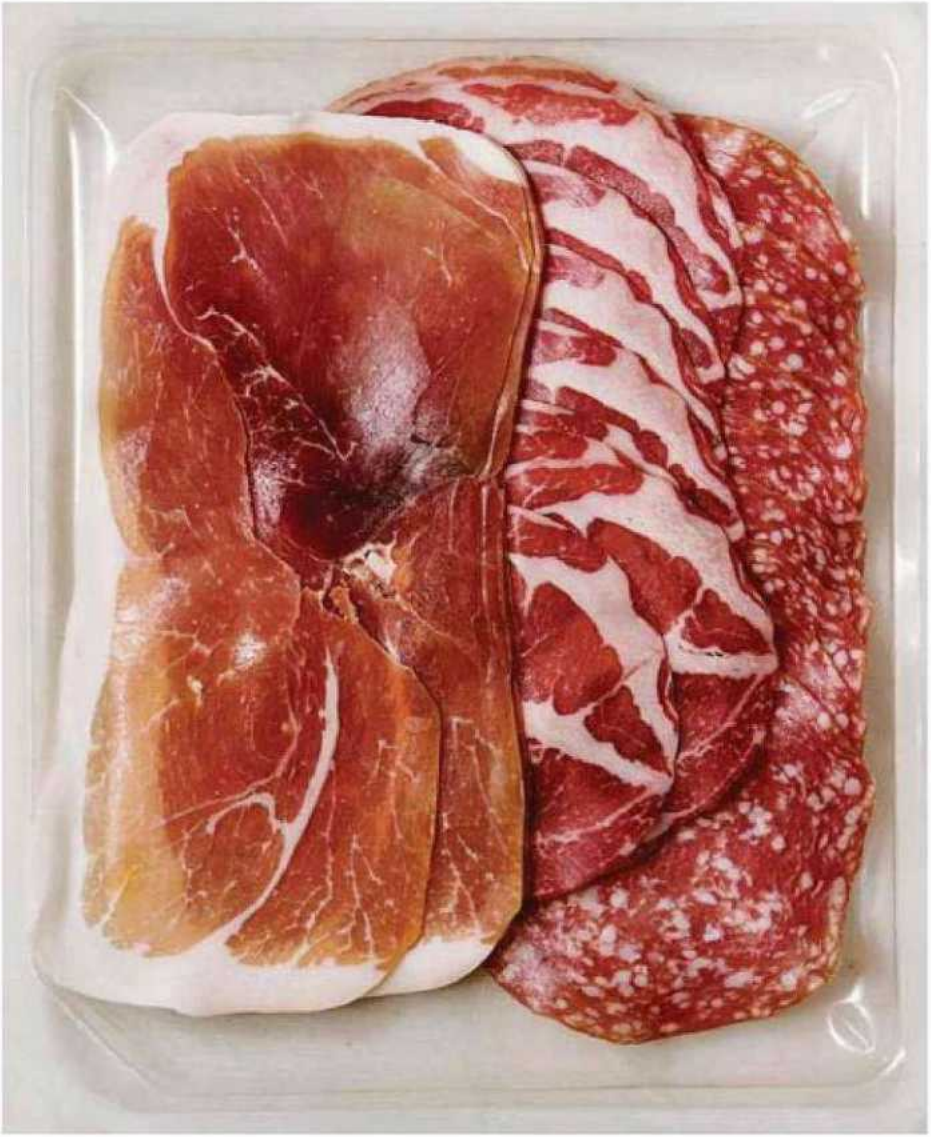
L'équipe a également identifié douze conservateurs dont une consommation élevée est associée à un risque accru de diabète de type 2. Est notamment concerné, comme pour les cancers, le sorbate de potassium, dont la consommation régulière est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette maladie. Les acides citrique et phosphorique, couramment ajoutés dans les sodas, sont également mis en cause. Pour ces derniers, les chercheurs ont noté une incidence accrue du diabète de type 2, à hauteur de 29% et 39%. Selon Mathilde Touvier, une habitude alimentaire préoccupante pouvant favoriser l'apparition de cette maladie serait, par exemple, de consommer *«une canette de Coca Light et une galette de maïs tortilla chaque jour»* (sa consommation régulière est associée à une fréquence deux fois plus élevée de diabète de type 2).

En conclusion, l'Inserm recommande que les autorités sanitaires se lancent dans une réévaluation des réglementations régissant les additifs. En attendant, les consommateurs n'ont qu'une seule chose à faire: limiter autant que possible les *«additifs superflus»,* préconise la coordinatrice des travaux. ◆

> On parle «d'un apport quotidien, régulier, pas une boîte de nuggets de temps en temps».
>
> **Mathilde Touvier**
> superviseuse des études

322825 - CISION 9601060700506

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.



Le nitrite de sodium se trouve dans la charcuterie. PHOTO N. BREEN. GETTY. ISTOCKPHOTO

322825 - CISION 9601060700506

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

Le Télégramme

Edition : **09 janvier 2026 P.7**

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**

Périodicité : **Quotidienne**

Audience : **548000**

Journaliste : **-**

Nombre de mots : **489**

FRANCE

Cancers, diabète... Des conservateurs alimentaires pointés du doigt

Nitrites, sulfites, sorbates... Deux études françaises pointent un lien entre certains conservateurs alimentaires et un risque accru de cancers et de diabète.

● Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés, depuis des années, de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

« Dans une large gamme d'aliments et de boissons »

« Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits », estime Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. « Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de

322825 - CISION 1370060700509

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

« Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés », précise Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. Photo d'illustration François Destoc

supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés. »

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées, jeudi, dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

« Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons », conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Un sujet sensible

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute, à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés.

Les deux études apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur. Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100 000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation, ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Des risques « mal évalués »

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel : à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

322825 - CISION 1370060700509

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

Le Monde

Edition : **09 janvier 2026 P.6**

Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**

Périodicité : **Quotidienne**

Audience : **2447000**

Journaliste : **mathilde gérard**

Nombre de mots : **926**

PLANÈTE & SCIENCES

Les additifs conservateurs associés à un risque accru de cancer

Deux études suggèrent un lien entre des maladies chroniques et l'exposition à ces substances présentes dans les aliments industriels

Ils permettent de prolonger la durée de vie des aliments, d'empêcher leur détérioration, leur oxydation ou la prolifération de microbes : les additifs conservateurs (sorbates, sulfites, nitrites...) se retrouvent dans tous types de denrées et sont largement employés dans les préparations alimentaires. Une étude épidémiologique de grande ampleur suggère cependant, dans deux articles publiés jeudi 8 janvier, qu'une forte exposition à ces additifs peut être associée à des risques de long terme pour la santé.

Les travaux conduits par l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Cress-EREN, rattachée notamment à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale – Inserm – et l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement – Inrae) s'appuient sur plus de 105 000 adultes participant à la cohorte NutriNet-Santé, qui renseignent à intervalles réguliers l'ensemble de leur consommation sur vingt-quatre heures, et dont les données de santé sont suivies plusieurs années.

Le premier article, publié dans le *British Medical Journal*, fait état d'une association significative entre consommation d'additifs conservateurs et risque de plusieurs cancers (en particulier du sein et de la prostate) ; le second, dans la revue *Nature Communications*, s'attache au lien entre ces mêmes composés et le diabète de type 2. *« Il s'agit des premières études épidémiologiques au monde à quantifier l'exposition aux conservateurs et le risque d'incidence du cancer et du diabète »*, dit Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm. Grâce aux données de la cohorte NutriNet-Santé, l'équipe qu'elle dirige a déjà documenté les risques associés aux édulcorants, aux émulsifiants et aux nitrites et nitrates, et à certains effets cocktails. Ces travaux ont appuyé la classification de l'aspartame comme cancérogène possible en 2023 par le Centre international de recherche sur le cancer, rattaché à l'Organisation mondiale de la santé, et celle des nitrites comme cancérogènes par l'Agence nationale de sécurité sanitaire en 2022.

« Exposition régulière »

Pour cette nouvelle série d'études, deux grandes familles d'additifs ont été prises en compte, les conservateurs au sens strict (généralement notés de E200 à E299) et les antioxydants (de E300 à E399). Sans surprise, ces additifs sont omniprésents, et la quasi-totalité des participants à la cohorte (99,7 %) en ont consommé au cours des deux années de suivi. Les viandes transformées sont les principaux vecteurs de nitrites et de nitrates, les boissons alcoolisées et les préparations de sauces vinaigrettes sont de forts pourvoyeurs en sulfites, tandis que les fruits et légumes transformés peuvent, quant à eux, amener tous types de conservateurs.

Pour l'analyse sur les cancers, ce sont surtout les conservateurs non antioxydants qui sont associés à un risque accru. En tenant compte des différents profils de consommation de la cohorte étudiée, une forte exposition aux sorbates, en particulier au sorbate de potassium, est ainsi associée à une hausse de 14 % du risque global de cancer, et de 26 % du risque de cancer du sein. Les sulfites sont, pour leur part, associés à un risque global de cancer accru de 12 %. Pour le diabète de type 2, le risque est augmenté de 47 % pour les catégories d'individus fortement exposés aux additifs conservateurs.

Les profils de gros consommateurs sont variés : une canette de soda light et un autre produit ultratransformé par jour ou une boîte de nuggets industriels peuvent suffire à faire rentrer dans les niveaux moyens des consommateurs fortement exposés. *« Ce sont des niveaux de consommation qui ne sont pas aberrants en soi, mais ce qui est en jeu, c'est l'exposition régulière, quotidienne, à ce type d'additifs »*, précise Mme Touvier.

Ces premières données épidémiologiques – pour lesquelles les chercheurs ont pris soin d'écarter les biais éventuels liés aux modes de vie des participants – doivent

322825 - CISION 5909950700501

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

toutefois être corroborées par d'autres travaux. *« Il faut rester prudents sur les pourcentages d'augmentation de risques, car ils ne sont issus que d'une seule étude »*, nuance ainsi Mme Touvier, qui rappelle que, pour le tabac, ce sont des dizaines d'études qui ont permis d'établir avec force le risque de cancer. *« Mais ces données font d'ores et déjà état d'une association significative et concordent avec les travaux expérimentaux suggérant des effets néfastes de plusieurs composés »*, poursuit la chercheuse.

Les chercheurs de l'EREN souhaitent ainsi que ces travaux puissent être pris en compte dans la réévaluation des additifs alimentaires, en tenant compte du rapport bénéfices-risques et des effets potentiels de long terme. La question de se passer de ces additifs se pose en effet, car, contrairement à d'autres composés, comme les émulsifiants ou les colorants, dont le but principal est de rendre le produit plus attractif sans enjeu de sécurité sanitaire, les conservateurs jouent un rôle pour limiter l'altération des denrées et d'éventuels effets pour la santé.

Ces travaux renforcent en tout cas les recommandations officielles de réduire la consommation de produits ultratransformés et de limiter les denrées contenant des additifs superflus. Des préconisations mentionnées dans une feuille de route nationale sur l'alimentation, la nutrition et le climat, qui aurait dû être publiée début décembre 2025, avant d'être suspendue par Matignon. ■

MATHILDE GÉRARD

Pour le diabète de type 2, le risque est 47 % plus élevé pour les individus fortement exposés aux additifs conservateurs

322825 - CISION 5909950700501

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

AFP

Edition : **08 janvier 2026 P.6-7**
Famille du média : **Agences de presse**
Périodicité : **En continu**
Audience : **N.C.**
Sujet du média : **Banques-Finance, Economie - Services**

Journaliste : **-**
Nombre de mots : **669**

08/01/2026 06:04:30 GMT

Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

"Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits", estime auprès de l'AFP Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. "Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés."

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

"Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons", conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100.000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

- Des risques "mal évalués" -

322825 - CISION 8307950700502

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ. Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

Qui plus est, rappellent-ils, "les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation (...) pour les plus modestes".

Mais l'emploi de ces additifs est "très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains", notent ces chercheurs. L'étude de l'Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, "des limites plus strictes quant à leur usage".

322825 - CISION 8307950700502

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

AFP

Edition : **08 janvier 2026 P.4-5**
Famille du média : **Agences de presse**
Périodicité : **En continu**
Audience : **N.C.**
Sujet du média : **Banques-Finance, Economie - Services**

Journaliste : **-**
Nombre de mots : **399**

08/01/2026 06:03:02 GMT

Alimentation: le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs

La consommation de certains conservateurs, très présents dans l'alimentation, est associée à une fréquence légèrement plus importante de cancers et de diabètes, montrent deux études françaises de grande ampleur, publiées jeudi.

Il existe "de multiples associations entre des conservateurs largement utilisés dans des aliments et des boissons industriels sur le marché européen (...) et une incidence plus élevée de cancers", notamment du sein et de la prostate, selon la première de ces études, publiée dans la revue BMJ.

La seconde, réalisée par la même équipe de l'Inserm et publiée dans la revue Nature Communications, conclut à des "associations entre une plus grande incidence de diabète de type 2, et une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs très employés".

Ces deux études ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces pathologies et la consommation des additifs concernés, mais elles apportent des indices importants en ce sens, par leur méthodologie robuste.

Les chercheurs, emmenés par l'épidémiologiste Mathilde Touvier, se sont appuyés sur l'étude d'une large cohorte de Français -plus de 100.000 personnes-, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs - mais représente, au niveau collectif, un nombre élevé de malades supplémentaires vu la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

L'ensemble de ces résultats plaide pour des politiques de santé publique qui promeuvent des produits "limitant l'usage de conservateurs et d'additifs superflus", jugent les chercheurs,

322825 - CISION 9307950700501

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

dans un contexte où les effets négatifs des aliments ultratransformés sont de mieux en mieux documentés.

322825 - CISION 9307950700501
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

DNA Dernières Nouvelles d'Alsace

Edition : **08 janvier 2026 P.5**

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**

Périodicité : **Quotidienne**

Audience : **491000**

Journaliste : **Ysé Rieffel**

Nombre de mots : **744**

Consommation

Des additifs dangereux pour la santé

Des études soulignent les risques de cancer et de diabète de type 2 liés à une grande consommation d'additifs dans nos assiettes et nos verres.

On les trouve dans les plats préparés, les sodas, les pâtisseries industrielles, les charcuteries… Les additifs alimentaires sont partout et permettent aussi bien de prolonger la durée de vie d'un produit que d'en améliorer l'aspect ou la texture.

Mais à quel prix? Deux nouvelles études de l'Inserm, publiées ce jeudi, établissent un lien entre une consommation élevée de certains additifs alimentaires conservateurs et une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.

Ces travaux reposent sur les données de l'étude NutriNet-Santé, qui a suivi entre 2009 et 2023 plus de 100 000 adultes volontaires. Pendant quatorze ans, leurs habitudes de vie et leur état de santé ont été passés au crible, de la quantité de nourriture dans l'assiette à la marque choisie au supermarché, en passant par la consommation de tabac et d'alcool. Lors des deux premières années de suivis, 99,7 % des participants ont consommé au moins un additif conservateur.

Les résultats sont parlants. Dans la première étude, 4 226 cas de cancer ont été recensés parmi les 105 260 participants suivis, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate et 352 cancers colorectaux. Les chercheurs ont découvert par exemple qu'un apport plus élevé en sorbates (principalement le sorbate de potassium, contenu dans certains fromages, certaines sauces et boissons alcoolisées) augmente le risque de cancers de 14 %, et plus particulièrement celui du sein (26 %).

Le nitrite de sodium, que l'on retrouve dans la volaille et la charcuterie, est quant à lui lié à une augmentation de 32 % du cancer de la prostate. L'acide acétique, principal composant du vinaigre, est également associé à une hausse de 12 % du risque de cancer.

Lien entre nitrite et cancer de la prostate

La seconde étude met en évidence un lien similaire avec le diabète de type 2 : 1 131 cas ont été identifiés (sur les 108 723 volontaires). Parmi les participants suivis, les personnes les plus exposées présentent un risque nettement plus élevé de développer la maladie, (entre 40 % et 49 %), comparé à celles qui en consomment le moins.

Parmi les trois millions et demi d'aliments et boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances.

« Ces résultats, qui doivent encore être confirmés par d'autres études, laissent penser qu'il ne s'agit pas de simples associations mais qu'on a bien affaire à des liens de cause à effet », souligne Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, et coordinatrice de ces travaux.

300 autorisations dans l'UE

L'équipe de recherche souhaite que ces données puissent être prises en compte dans la réévaluation des additifs par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa). Sorbate de potassium, sulfite de sodium, acide lactique… Actuellement, plus de 300 sont autorisés dans l'Union européenne.

Tous font l'objet d'une évaluation de l'Efsa. De l'interdiction de certaines substances à la diminution des doses maximales autorisées, « il y a un travail à faire sur les réglementations », insiste Mathilde Touvier.

Raison de plus pour la scientifique de suivre les recommandations du Programme national de Programme national nutrition santé : « Privilégier les aliments frais et peu transformés et limiter autant que possible les additifs superflus. »

Un message qui s'adresse aussi aux industriels.

● **Ysé Rieffel**

Actuellement, plus de 300 additifs sont autorisés dans l'Union européenne. Photo Sipa/Syspeo

▶ L'info en + La France bannit les produits traités avec cinq pesticides interdits

Avocats, mangues et autres agrumes ne pourront plus entrer en France s'ils contiennent certaines substances interdites dans l'Union européenne : le gouvernement français a officialisé mercredi cette mesure « conservatoire ». Les substances concernées sont quatre fongicides – le mancozèbe, utilisé pour traiter les avocats, les mangues ou les poivrons, le thiophanate-méthyl (coings, agrumes…), le carbendazime et le bénomyl (tomates, soja, blé…) – ainsi qu'un herbicide, le glufosinate (pommes de terre). Toutes sont suspectées d'être dangereuses pour la santé. Le mancozèbe et le thiophanate-méthyl pourraient être cancérigènes, mutagènes voire toxiques pour la reproduction.

322825 - CISION 1232950700504

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle. L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

LE DAUPHINÉ Libéré

Edition : **08 janvier 2026 P.40**

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**

Périodicité : **Quotidienne**

Audience : **879000**

Journaliste : **Ysé Rieffel**

Nombre de mots : **795**

France-Monde

Santé

Il y a urgence à mieux évaluer les additifs alimentaires dangereux

De nouvelles études dévoilées jeudi soulignent les risques de cancer et de diabète de type 2 liés à une grande consommation d'additifs dans nos assiettes et nos verres.

On les trouve dans les plats préparés, les sodas, les pâtisseries industrielles, les charcuteries... Les additifs alimentaires sont partout et permettent aussi bien de prolonger la durée de vie d'un produit que d'en améliorer l'aspect ou la texture. Mais à quel prix ? Deux nouvelles études de l'Inserm, publiées ce jeudi, établissent un lien entre une consommation élevée de certains additifs alimentaires conservateurs et une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.

Ces travaux reposent sur les données de la cohorte NutriNet-Santé, qui a suivi entre 2009 et 2023 plus de 100 000 adultes. Pendant quatorze ans, leurs habitudes de vie et leur état de santé ont été passés au crible, de la quantité de nourriture dans l'assiette, à la marque choisie dans le supermarché, en passant par la consommation de tabac et d'alcool. Lors des deux premières années, 99,7 % des participants ont consommé au moins un additif conservateur.

Actuellement, plus de 300 additifs sont autorisés dans l'Union européenne. Photo Sipa/Syspeo

L'info en + ► La France bannit les produits traités avec cinq pesticides interdits

Avocats, mangues et autres agrumes ne pourront plus entrer en France s'ils contiennent certaines substances interdites dans l'Union européenne : le gouvernement français a officialisé mercredi cette mesure « conservatoire ». Les substances concernées sont quatre fongicides – le mancozèbe, utilisé pour traiter les avocats, les mangues ou les poivrons, le thiophanate-méthyl (coings, agrumes...), le carbendazime et le bénomyl (tomates, soja, blé...) – et un herbicide, le glufosinate (pommes de terre). Toutes sont suspectées d'être dangereuses pour la santé. Le mancozèbe et le thiophanate-méthyl pourraient être cancérigènes, mutagènes ou toxiques pour la reproduction).

322825 - CISION 2522950700505

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle. L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Un lien entre nitrite et cancer de la prostate

Les résultats sont parlants. Dans la première étude, 4 226 cas de cancer ont été recensés parmi les 105 260 participants suivis, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate et 352 cancers colorectaux. Les chercheurs ont découvert par exemple qu'un apport plus élevé en sorbates (principalement le sorbate de potassium, contenu dans certains fromages, certaines sauces et boissons alcoolisées) augmente le risque de cancers de 14 %, et plus particulièrement celui du sein (26 %).

Le nitrite de sodium, que l'on retrouve dans la volaille et la charcuterie, est quant à lui lié à une augmentation de 32 % du cancer de la prostate. L'acide acétique, principal composant du vinaigre, est également associé à une hausse de 12 % du risque de cancer.

La seconde étude met en évidence un lien similaire avec le diabète de type 2 : 1 131 cas ont été identifiés (sur les 108 723 volontaires). Parmi les participants suivis, les personnes les plus exposées présentent un risque nettement plus élevé de développer la maladie, (entre 40 % et 49 %), comparé à celles qui en consomment le moins. Parmi les trois millions et demi d'aliments et boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances.

« Un travail à faire sur les réglementations »

« Ces résultats, qui doivent encore être confirmés par d'autres études, laissent penser qu'il ne s'agit pas de simples associations mais qu'on a bien affaire à des liens de cause à effet », souligne Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, et coordinatrice de ces travaux. L'équipe de recherche souhaite que ces données puissent être prises en compte dans la réévaluation des additifs par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa). Sorbate de potassium, sulfite de sodium, acide lactique... Actuellement, plus de 300 sont autorisés dans l'Union européenne (UE). Tous font l'objet d'une évaluation de l'Efsa. Certains ont déjà été retirés du marché, comme le dioxyde de titane (un colorant blanc utilisé dans des fromages, pâtisseries, confiseries...) interdit dans l'alimentation depuis 2022... De l'interdiction de certaines substances à la diminution des doses maximales autorisées, « il y a un travail à faire sur les réglementations pour que les consommateurs n'aient pas à faire de calculs », insiste Mathilde Touvier.

Raison de plus pour la scientifique de suivre les recommandations du Programme national de Programme national nutrition santé : « Privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus. » Un message qui s'adresse aussi aux industriels.

● **Ysé Rieffel**

322825 - CISION 2522950700505

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

LE PROGRÈS

Edition : **08 janvier 2026 P.5**

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**

Périodicité : **Quotidienne**

Audience : **542376**

Journaliste : **Ysé Rieffel**

Nombre de mots : **792**

Santé

Il y a urgence à mieux évaluer les additifs alimentaires dangereux

De nouvelles études dévoilées jeudi soulignent les risques de cancer et de diabète de type 2 liés à une grande consommation d'additifs dans nos assiettes et nos verres.

On les trouve dans les plats préparés, les sodas, les pâtisseries industrielles, les charcuteries… Les additifs alimentaires sont partout et permettent aussi bien de prolonger la durée de vie d'un produit que d'en améliorer l'aspect ou la texture. Mais à quel prix ? Deux nouvelles études de l'Inserm, publiées ce jeudi, établissent un lien entre une consommation élevée de certains additifs alimentaires conservateurs et une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.

Ces travaux reposent sur les données de la cohorte NutriNet-Santé, qui a suivi entre 2009 et 2023 plus de 100 000 adultes. Pendant quatorze ans, leurs habitudes de vie et leur état de santé ont été passés au crible, de la quantité de nourriture dans l'assiette, à la marque choisie dans le supermarché, en passant par la consommation de tabac et d'alcool. Lors des deux premières années, 99,7 % des participants ont consommé au moins un additif conservateur.

Un lien entre nitrite et cancer de la prostate

Les résultats sont parlants. Dans la première étude, 4 226 cas de cancer ont été recensés parmi les 105 260 participants suivis, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate et 352 cancers colorectaux. Les chercheurs ont découvert par exemple qu'un apport plus élevé en sorbates (principalement le sorbate de potassium, contenu dans certains fromages, certaines sauces et boissons alcoolisées) augmente le risque de cancers de 14 %, et plus particulièrement celui du sein (26 %).

Le nitrite de sodium, que l'on retrouve dans la volaille et la charcuterie, est quant à lui lié à une augmentation de 32 % du cancer de la prostate. L'acide acétique, principal composant du vinaigre, est également associé à une hausse de 12 % du risque de cancer.

La seconde étude met en évidence un lien similaire avec le diabète de type 2 : 1 131 cas ont été identifiés (sur les 108 723 volontaires). Parmi les participants suivis, les personnes les plus exposées présentent un risque nettement plus élevé de développer la maladie, (entre 40 % et 49 %), comparé à celles qui en consomment le moins. Parmi les trois millions et demi d'aliments et boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances.

« Un travail à faire sur les réglementations »

« Ces résultats, qui doivent encore être confirmés par d'autres études, laissent penser qu'il ne s'agit pas de simples associations mais qu'on a bien affaire à des liens de cause à effet », souligne Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, et coordinatrice de ces travaux. L'équipe de recherche souhaite que ces données puissent être prises en compte dans la réévaluation des additifs par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa). Sorbate de potassium, sulfite de sodium, acide lactique… Actuellement, plus de 300 sont autorisés dans l'Union européenne (UE). Tous font l'objet d'une évaluation de l'Efsa. Certains ont déjà été retirés du marché, comme le dioxyde de titane (un colorant blanc utilisé dans des fromages, pâtisseries, confiseries…) interdit dans l'alimentation depuis 2022… De l'interdiction de certaines substances à la diminution des doses maximales autorisées, « il y a un travail à faire sur les réglementations pour que les consommateurs n'aient pas à faire de calculs », insiste Mathilde Touvier.

Raison de plus pour la scientifique de suivre les recommandations du Programme national de Programme national nutrition santé : « Privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus. » Un message qui s'adresse aussi aux industriels.

● **Ysé Rieffel**

Actuellement, plus de 300 additifs sont autorisés dans l'Union européenne. Photo Sipa/Syspeo

L'info en + ► La France bannit les produits traités avec cinq pesticides interdits

Avocats, mangues et autres agrumes ne pourront plus entrer en France s'ils contiennent certaines substances interdites dans l'Union européenne : le gouvernement français a officialisé mercredi cette mesure « conservatoire ». Les substances concernées sont quatre fongicides – le mancozèbe, utilisé pour traiter les avocats, les mangues ou les poivrons, le thiophanate-méthyl (coings, agrumes…), le carbendazime et le bénomyl (tomates, soja, blé…) – et un herbicide, le glufosinate (pommes de terre). Toutes sont suspectées d'être dangereuses pour la santé. Le mancozèbe et le thiophanate-méthyl pourraient être cancérigènes, mutagènes ou toxiques pour la reproduction).

322825 - CISION 6822950700502

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle. L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

L'ALSACE

Edition : **08 janvier 2026 P.6**
Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Périodicité : **Quotidienne**
Audience : **210000**

Journaliste : **Ysé Rieffel**
Nombre de mots : **598**
Ed. locales : **Edition Sélestat/Alsace centrale; Edition Saint-Louis/3 frontières; Edition Altkirch/Sundgau...**

Visualiser la page source de l'article

Des additifs dangereux pour la santé

Ysé Rieffel

Des études soulignent les risques de cancer et de diabète de type 2 liés à une grande consommation d'additifs dans nos assiettes et nos verres.

On les trouve dans les plats préparés, les sodas, les pâtisseries industrielles, les charcuteries... Les additifs alimentaires sont partout et permettent aussi bien de prolonger la durée de vie d'un produit que d'en améliorer l'aspect ou la texture.

Mais à quel prix ? Deux nouvelles études de l'Inserm, publiées ce jeudi, établissent un lien entre une consommation élevée de certains additifs alimentaires conservateurs et une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.

Ces travaux reposent sur les données de l'étude NutriNet-Santé, qui a suivi entre 2009 et 2023 plus de 100 000 adultes volontaires. Pendant quatorze ans, leurs habitudes de vie et leur état de santé ont été passés au crible, de la quantité de nourriture dans l'assiette à la marque choisie au supermarché, en passant par la consommation de tabac et d'alcool. Lors des deux premières années de suivis, 99,7 % des participants ont consommé au moins un additif conservateur.

Les résultats sont parlants. Dans la première étude, 4 226 cas de cancer ont été recensés parmi les 105 260 participants suivis, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate et 352 cancers colorectaux. Les chercheurs ont découvert par exemple qu'un apport plus élevé en sorbates (principalement le sorbate de potassium, contenu dans certains fromages, certaines sauces et boissons alcoolisées) augmente le risque de cancers de 14 %, et plus particulièrement celui du sein (26 %).

Le nitrite de sodium, que l'on retrouve dans la volaille et la charcuterie, est quant à lui lié à une augmentation de 32 % du cancer de la prostate. L'acide acétique, principal composant du vinaigre, est également associé à une hausse de 12 % du risque de cancer.

Lien entre nitrite et cancer de la prostate

La seconde étude met en évidence un lien similaire avec le diabète de type 2 : 1 131 cas ont été identifiés (sur les 108 723 volontaires). Parmi les participants suivis, les personnes les plus exposées présentent un risque nettement plus élevé de développer la maladie, (entre 40 % et 49 %), comparé à celles qui en consomment le moins.

Parmi les trois millions et demi d'aliments et boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances.

« Ces résultats, qui doivent encore être confirmés par d'autres études, laissent penser qu'il ne s'agit pas de simples associations mais qu'on a bien affaire à des liens de cause à effet », souligne Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, et coordinatrice de ces travaux.

300 autorisations dans l'UE

L'équipe de recherche souhaite que ces données puissent être prises en compte dans la réévaluation des additifs par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa). Sorbate de potassium, sulfite de sodium, acide lactique... Actuellement, plus de 300 sont autorisés dans l'Union européenne.

Tous font l'objet d'une évaluation de l'Efsa. De l'interdiction de certaines substances à la diminution des doses maximales autorisées, « il y a un travail à faire sur les réglementations », insiste Mathilde Touvier.

Raison de plus pour la scientifique de suivre les recommandations du Programme national de Programme national nutrition santé : « Privilégier les aliments frais et peu transformés et limiter autant que possible les additifs superflus. »

Un message qui s'adresse aussi aux industriels.

Actuellement, plus de 300 additifs sont autorisés dans l'Union européenne. Photo Sipa/Syspeo

Ysé Rieffel

322825 - CISION 1102950700524

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

08fq0MyFgyyA4lhnkwZnSTaEnoBzEYBlEiV2_oMwoaRihdwwz64Yhq-u7jZ7itrzmvyQ9kUYaErYRNTVUlNF5ZNugh4T-JYMVuKl5lDGrTToYWEz

Presse écrite FRA

AFP

Edition : **08 janvier 2026 P.4-5**
Famille du média : **Agences de presse**
Périodicité : **En continu**
Audience : **N.C.**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

Journaliste : **-**
Nombre de mots : **411**

07/01/2026 23:30:23 GMT

Alimentation: le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs

La consommation de certains conservateurs, très présents dans l'alimentation, est associée à une fréquence légèrement plus importante de cancers et de diabètes, montrent deux études françaises de grande ampleur, publiées jeudi.

Il existe "de multiples associations entre des conservateurs largement utilisés dans des aliments et des boissons industriels sur le marché européen (...) et une incidence plus élevée de cancers", notamment du sein et de la prostate, selon la première de ces études, publiée dans la revue BMJ.

La seconde, réalisée par la même équipe de l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) et publiée dans la revue Nature Communications, conclut à des "associations entre une plus grande incidence de diabète de type 2, et une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs très employés".

Ces deux études ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces pathologies et la consommation des additifs concernés, mais elles apportent des indices importants en ce sens, par leur méthodologie robuste.

Les chercheurs, emmenés par l'épidémiologiste Mathilde Touvier, se sont appuyés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100.000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs -, mais représente, au niveau collectif, un nombre élevé de malades supplémentaires vu la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

L'ensemble de ces résultats plaide pour des politiques de santé publique qui promeuvent des produits "limitant l'usage de conservateurs et d'additifs superflus", jugent les chercheurs,

322825 - CISION 8140950700505

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

dans un contexte où les effets négatifs des aliments ultratransformés sont de mieux en mieux documentés.

322825 - CISION 8140950700505

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Presse écrite FRA

AFP

Edition : **08 janvier 2026 P.14-15**
Famille du média : **Agences de presse**
Périodicité : **En continu**
Audience : **N.C.**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

Journaliste : **-**
Nombre de mots : **669**

07/01/2026 23:35:16 GMT

Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

"Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits", estime auprès de l'AFP Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. "Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés."

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

"Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons", conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

322825 - CISION 9140950700504

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100.000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

- Des risques "mal évalués" -

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ. Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

Qui plus est, rappellent-ils, "les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation (...) pour les plus modestes".

Mais l'emploi de ces additifs est "très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains", notent ces chercheurs. L'étude de l'Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, "des limites plus strictes quant à leur usage".

322825 - CISION 9140950700504

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

.5

Le Mag de la santé

9 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:11:32**
Heure de passage : **13h39**
Disponible jusqu'au :
9 Janvier 2027

JM **Jimmy MOHAMED**

Famille du média :
TV Grandes Chaînes
Horaire de l'émission :
13:35 - 14:30
Audience : **342000**
Thématique de l'émission :
Mode-Beauté-Bien être, Médecine

Résumé: Deux études récentes montrent que les conservateurs alimentaires augmentent le risque de cancer et de diabète de type 2. Itw de Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm.

322826
CISION 260010134

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Radio FRA

SUD RADIO

Mettez-vous d'accord

29 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:00:33**
Heure de passage : **11h57**
Disponible jusqu'au :
29 Janvier 2027

VE **Valérie EXPERT**

Famille du média :
Radios Nationales
Horaire de l'émission :
10:00 - 11:30
Audience : **N.C**
Thématique de l'émission :
Actualités-Infos Générales

Résumé: Un rapport de l'Inserm, dirigé par Mathilde Touvier, révèle que les conservateurs alimentaires contribuent à l'obésité, au diabète et aux cancers. Le rapport souligne l'impact négatif de la malbouffe sur la santé publique, appelant à une prise de conscience politique.

322826
CISION 260035748

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Radio FRA

franceinfo:

Le 6 | 9

8 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:01:26**
Heure de passage : **08h05**
Disponible jusqu'au :
8 Janvier 2027

JC **Jérôme CHAPUIS**

HB **Hadrien BECT**

Famille du média :
Radios Nationales
Horaire de l'émission :
06:00 - 09:00
Audience : **660000**
Thématique de l'émission :
Actualités-Infos Générales

Résumé: Deux études françaises révèlent que certains additifs alimentaires, tels que les nitrites et le métabisulfite de potassium, augmentent le risque de cancer et de diabète de type 2. Les chercheurs soulignent que même des consommations modérées, courantes dans une alimentation classique, sont préoccupantes. Ces résultats pourraient inciter à une réglementation plus stricte des conservateurs alimentaires par les industriels. Itw de Mathilde Touvier, de l'INSERM.

322826
CISION 260008412

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Radio FRA

France Inter

La grande matinale

8 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:01:56**
Heure de passage : **07h30**
Disponible jusqu'au :
8 Janvier 2027

ND **Nicolas DEMORAND**

BD **Benjamin DUHAMEL**

SD **Sonia DEVILLER**

Famille du média :
Radios Nationales
Horaire de l'émission :
07:00 - 10:00
Audience : **4967000**
Thématique de l'émission :
Actualités-Infos Générales

Résumé: L'Inserm alerte sur les conservateurs. Deux études lient leur consommation à une hausse des risques de diabète de type et de cancer. Itw de Mathilde Touvier, directrice de l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle.

322826
CISION 260008356

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Radio FRA

Ici Matin - Ici Champagne-Ardenne

8 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:01:23**
Heure de passage : **07h05**
Disponible jusqu'au :
8 Janvier 2027

Résumé: Deux études françaises montrent un lien entre certains conservateurs alimentaires (nitrites, sulfites, acide acétique) et le risque de cancers, notamment du sein, ainsi que le diabète de type 2, même à des niveaux de consommation normaux. Itw de Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm.

Famille du média :
Radios Régionales
Horaire de l'émission :
06:00 - 09:00
Audience : **4105**
Thématique de l'émission :
Actualités-Infos Générales

322826
CISION 260011222

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Radio FRA

Ici Matin - Ici Pays d'Auvergne

8 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:01:44**
Heure de passage : **07h05**
Disponible jusqu'au :
8 Janvier 2027

Résumé: Deux études françaises montrent un lien entre certains conservateurs alimentaires (nitrites, sulfites, acide acétique) et le risque de cancers, notamment du sein, ainsi que le diabète de type 2, même à des niveaux de consommation normaux. Itw de Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm.

Famille du média :
Radios Régionales
Horaire de l'émission :
06:00 - 09:00
Audience : **6876**
Thématique de l'émission :
Actualités-Infos Générales

322826
CISION 260011224

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Radio FRA

franceinfo:

Le 6 | 9

8 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:09:00**
Heure de passage : **06h37**
Disponible jusqu'au :
8 Janvier 2027

JC **Jérôme CHAPUIS**

HB **Hadrien BECT**

Famille du média :
Radios Nationales
Horaire de l'émission :
06:00 - 09:00
Audience : **660000**
Thématique de l'émission :
Actualités-Infos Générales

Résumé: Deux études françaises, dont celle menée par Mathilde Touvier (Inserm), montrent que certains conservateurs (E 250, E 224, E 202...) sont associés à un risque accru de cancers et de diabète de type 2 en consommation quotidienne. Foodwatch demande leur interdiction et plus de transparence. Le gouvernement bloque ces mesures, favorisant un marché à deux vitesses.

322826
CISION 260008214

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Radio FRA

Le 5/7

8 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:06:55**
Heure de passage : **06h21**
Disponible jusqu'au :
8 Janvier 2027

MM **Mathilde MUNOS**

Famille du média :
Radios Nationales
Horaire de l'émission :
05:00 - 07:00
Audience : **N.C**
Thématique de l'émission :
Actualités-Infos Générales

Résumé: Des chercheurs français ont établi un lien entre certains additifs alimentaires, notamment les conservateurs, et un risque accru de cancers et de diabète de type 2. L'étude, basée sur 100,000 adultes sur 15 ans, montre une augmentation du risque de 10 à 20% chez les plus grands consommateurs. Itw de Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm en épidémiologie nutritionnelle.

322826
CISION 260008180

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Radio FRA

franceinfo:

Le 5 | 6

8 Janvier 2026
Durée de l'extrait : **00:01:34**
Heure de passage : **05h05**
Disponible jusqu'au :
8 Janvier 2027

Résumé: Deux études françaises révèlent des liens entre certains conservateurs alimentaires et le risque accru de cancers, notamment du sein, et de diabète de type 2. Utilisant la cohorte NutriNet-Santé, les chercheurs identifient des additifs comme les nitrites et le métabisulfite de potassium. Ces résultats pourraient inciter à une réglementation stricte de l'usage des conservateurs par l'industrie alimentaire. Itw de Mathilde Touvier, de l'Inserm.

Famille du média :
Radios Nationales
Horaire de l'émission :
05:00 - 06:00
Audience : **804000**
Thématique de l'émission :
Actualités-Infos Générales

322826
CISION 260008042

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Le Canard enchaîné

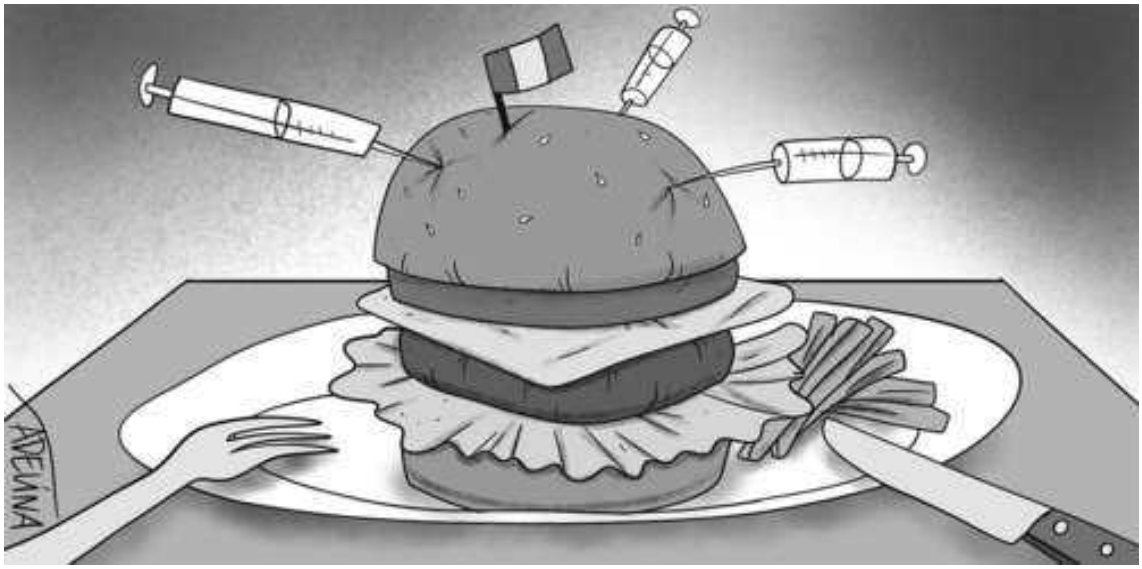
www.lecanardenchaine.fr

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **88111**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales, Politique**

24 Janvier 2026
Journalistes : **Jérôme Canard**
Nombre de mots : **417**

Visualiser l'article

Les ultras de la malbouffe trinquent à notre santé



© ADELINA

Dur à avaler pour l'industrie agroalimentaire. Des chercheurs viennent de prouver que manger abondamment des aliments ultratransformés, farcis d'additifs, était susceptible d'augmenter le risque de cancer et de diabète sucré. En passant au crible le menu et le mode de vie de 105 000 Français, puis en brassant ces données avec leur état de santé, des épidémiologistes de l'Inserm, l'Institut national de la santé et de la recherche médicale, ont montré qu'une grosse dizaine de conservateurs utilisés par les industriels pour prolonger la durée de vie de leurs produits favorisaient l'apparition de diabète sucré et de cancers.

Nougatine sur la bûche, les aliments ultratransformés, les fameux «AUT», participent aussi méchamment à l'«épidémie» d'obésité. Une étude menée cinq ans durant sur 350 000 Européens a mis les pieds dans le plat en démontrant qu'avaler à gogo des AUT augmentait de 15% le risque de surpoids ou d'obésité (Centre international de recherche sur le cancer, 9/21). Cherchez l'erreur : le ministère de la Santé vient de sortir son plan de bataille sur quatre ans pour contrer l'obésité galopante ; alors que 10millions de Français sont obèses, soit près de 18% de la population adulte, pas un mot sur les aliments ultratransformés.

Un ex-lobbyiste au cabinet de Lecornu

Il faut dire que l'agroalimentaire veille au gras. Pas question de toucher aux AUT, ces aliments ultratriturés, bourrés d'additifs et pas chers à fabriquer, qui représentent aujourd'hui huit produits sur dix dans les rayons des supermarchés ! Message reçu cinq sur cinq par la ministre de l'Agriculture. A la demande expresse d'Annie Genevard, la mention *«limiter les produits ultratransformés»* a carrément été effacée de la Stratégie nationale pour l'alimentation, la nutrition et le climat, ce plan interministériel censé poser les bases d'une alimentation saine et durable.

Depuis que la cellule d'investigation de Radio France a révélé l'entourloupe , Matignon a remis le doc au frigo.

322825 - CISION 374380055

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Ça passe crème pour l'Association nationale des industries alimentaires (Ania), qui juge dénigrante la formule *«aliments ultratransformés»,* et dont l'ancien directeur de la com' a rejoint le cabinet du Premier ministre, Sébastien Lecornu.

Mais le député LFI Loïc Prud'homme, grand pourfendeur de la malbouffe à l'Assemblée, a décidé de ne pas lâcher le morceau. Avec quatre autres parlementaires, il a déposé une proposition de loi transpartisane pour *«protéger la santé publique en luttant contre les denrées alimentaires ultratransformées»* . L'Ania va être ultrafâchée...

322825 - CISION 374380055

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

THE CONVERSATION

theconversation.com

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **12809947**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

13 Janvier 2026
Journalistes : **Mathilde Touvier/Anaïs Hasenböhler**
Nombre de mots : **1932**

Visualiser l'article

Additifs conservateurs : deux grandes études suggèrent des liens avec un risque accru de cancers et de diabète de type 2

À l'instar des nitrites employés pour les viandes transformées, diverses substances sont ajoutées aux aliments pour améliorer leur conservation. Or, leurs effets sur la santé demeurent mal connus. Hryshchyshen Serhii/Shutterstock

Les additifs conservateurs sont présents dans de nombreux types d'aliments. Or, deux nouvelles études épidémiologiques d'ampleur suggèrent l'existence d'un lien entre leur consommation et un risque accru de cancer et de diabète de type 2. Anaïs Hasenböhler, qui conduit ces travaux, et Mathilde Touvier, qui dirige l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Cress-Eren, Inserm/Inrae/Cnam/Université Sorbonne Paris Nord/Université Paris Cité), ont répondu à nos questions.

The Conversation : En quoi ont consisté vos travaux sur les additifs conservateurs ?

Mathilde Touvier : Les deux études publiées en janvier s'inscrivent dans le cadre de notre projet de recherche sur les conséquences pour la santé résultant de la consommation d'additifs alimentaires. Depuis environ cinq ans, nous explorons cette voie afin de déterminer si elle peut expliquer les effets sur la santé des aliments industriels, notamment transformés ou ultratransformés.

Dans la lignée de nos précédents travaux sur les émulsifiants ou les édulcorants, nous nous sommes penchés sur la question des conservateurs, qui sont des additifs que l'on retrouve dans de nombreux produits : environ un produit sur cinq répertorié dans la base de données Open Food Facts en contient.

322825 - CISION 374293901

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Pour cela, nous avons employé les données collectées dans le cadre de la cohorte NutriNet-Santé, dont l'originalité est de permettre, du fait de la finesse des données recueillies (marques des produits industriels consommés, dosages d'additifs dans certains aliments et boissons, questionnaires répétés sur plusieurs années...), de quantifier les expositions des participants à ces additifs, sur le long terme (le suivi depuis plus de quinze ans pour les premiers inclus). Durant les deux premières années du suivi, 99,7 % des participants ont été exposés à au moins un conservateur, d'où l'importance de s'intéresser à leur impact à long terme sur la santé.

Les analyses statistiques poussées que nous avons menées ont permis de mettre en évidence des liens entre le niveau de consommation de certaines de ces substances et le risque de survenue de certaines maladies chroniques.

Combien de conservateurs sont autorisés en France ? Quels sont ceux que vous avez étudiés ?

Anaïs Hasenböhler : Aujourd'hui, sur les quelque 330 additifs alimentaires autorisés en France et dans l'Union européenne, 80 ont des propriétés de conservateurs.

Parmi ces derniers, 58 se sont révélés être consommés par au moins un participant de l'étude NutriNet-Santé. L'ensemble de ces substances a été prise en compte pour calculer la somme totale d'additifs conservateurs consommés. Soulignons que dans ces travaux, 34,6 % des conservateurs consommés provenaient d'aliments ultratransformés. Nous avons également pu étudier davantage en détail 17 des conservateurs les plus consommés (c'est-à-dire consommés par au moins 10 % de la population), pour lesquels nous disposions de suffisamment de puissance statistique pour étudier le lien avec le risque de maladies chroniques.

Nos travaux révèlent que certains conservateurs étaient à la fois associés à une augmentation de l'incidence de cancer et de diabète de type 2. C'est le cas du sorbate de potassium (E202), du métabisulfite de potassium (E224), du nitrite de sodium (E250), de l'acide acétique (E260), de l'érythorbate de sodium (E316). Tandis que d'autres étaient plus spécifiquement associés à l'une ou l'autre de ces pathologies.

Concernant les cancers, qu'ont révélé vos résultats ?

M. T. : L'étude sur les cancers a porté sur les données de 105 260 participants à la cohorte NutriNet-Santé. Nous avons observé que les personnes qui consommaient davantage de certains conservateurs avaient un risque de cancer plus élevé, avec des associations spécifiques observées pour les cancers les plus fréquents dans la cohorte, à savoir ceux du sein et de la prostate.

La plupart des associations positives entre consommation de conservateurs et incidence plus élevée de cancers concernaient principalement les conservateurs non-antioxydants.

On peut citer les sulfites (trouvés surtout dans les boissons alcoolisées, responsables de 85,4 % des apports en sulfites chez les participants, mais aussi dans des sauces industrielles), les nitrites et nitrates (apportés principalement par les viandes transformées telles que les charcuteries), les sorbates (dont les sources sont plus variées : ils proviennent principalement de produits à base de fruits et légumes ou matières grasses et sauces, mais on en trouve aussi dans les desserts lactés, gâteaux et biscuits), et les acétates (largement utilisés dans les matières grasses et les sauces, telles que vinaigrettes ou condiments, ainsi que dans les viandes transformées, les préparations à base de produits laitiers, les plats préparés).

L'érythorbate de sodium, un additif antioxydant fréquemment ajouté aux viandes transformées (qui contribuaient à

322825 - CISION 374293901
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

hauteur de 42,3 % des apports dans la cohorte) était également associé à une incidence plus élevée de cancer.

Lorsque nous comparions les plus forts consommateurs aux non consommateurs ou aux plus faiblement exposés, les pourcentages d'augmentation d'incidence étaient les suivants :

- les sorbates, en particulier le sorbate de potassium, étaient associés à une augmentation de 14 % de l'incidence de cancer au global et à une augmentation de 26 % de celle de cancer du sein ;
- les sulfites étaient associés à une augmentation de 12 % du risque global de cancer. En particulier, le métabisulfite de potassium était associé à une incidence accrue de 11 % de cancer au global et 20 % de cancer du sein ;
- le nitrite de sodium était associé à une augmentation de 32 % du risque de cancer de la prostate ;
- le nitrate de potassium était associé à une augmentation du risque de cancer au global de 13 % et de cancer du sein de 22 % ;
- les acétates étaient associés à une augmentation du risque de cancer au global de 15 % et de cancer du sein de 25 %. Spécifiquement, l'acide acétique était associé à une augmentation de 12 % du risque de cancer en général ;
- les érythorbates totaux et l'érythorbate de sodium en particulier étaient associés à une incidence plus élevée de cancer au global (12 %) et du cancer du sein (21 %).

La puissance statistique était limitée pour les autres localisations de cancer, qui sont moins fréquemment représentés en population générale et donc également dans la cohorte. Un mode de vie globalement plus sain explique aussi l'incidence plus faible de certains cancers dans l'étude, ce qui a pu empêcher de mettre en évidence pour le moment les associations connues entre nitrites et cancer colorectal, par exemple.

Qu'avez-vous découvert concernant le risque de diabète de type 2 ?

M. T. : L'étude sur le diabète de type 2 a porté sur les données de 108 723 participants de la cohorte NutriNet-Santé. Nos travaux ont permis d'observer une association positive significative entre une exposition plus élevée aux additifs alimentaires conservateurs et une incidence plus forte de diabète de type 2 : les plus gros consommateurs de conservateurs avaient un risque supérieur estimé à 47 % de développer la maladie, comparés aux consommateurs qui en absorbaient le moins.

Sur les 17 conservateurs étudiés individuellement, une consommation plus élevée de 12 d'entre eux était associée à un risque accru de diabète de type 2 : des conservateurs alimentaires non antioxydants largement utilisés - nitrite de sodium (E250, incidence supérieure de 50 % chez les plus forts, comparés à de plus faibles consommateurs), métabisulfite de potassium (E224, 29 %), sorbate de potassium (E202, 115 %), acide acétique (E260, 31 %), acétates de sodium (E262, 23 %) et propionate de calcium (E282, 44 %) - et des additifs antioxydants : ascorbate de sodium (E301, 41 %), alpha-tocophérol (E307, 30 %), érythorbate de sodium (E316, 43 %), acide citrique (E330, 29 %), acide phosphorique (E338, 39 %) et extraits de romarin (E392, 20 %).

Que faut-il retenir de ces résultats ?

M. T. : Ces deux études sont les premières au monde à quantifier les expositions à un large spectre de conservateurs et à étudier leurs liens avec le risque de cancers et de diabète.

322825 - CISION 374293901
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

S'il est un point qui nous a interpellés, c'est la proportion de conservateurs dont la consommation s'est révélée associée à une incidence plus élevée de ces pathologies : sur les 17 que nous avons testés spécifiquement, 6 étaient associés à une incidence accrue de cancer, et 12 étaient associés au risque de diabète de type 2.

A. H. : Ces résultats épidémiologiques sont cohérents avec de précédents travaux expérimentaux qui consistent à exposer des cultures de cellules ou des modèles animaux à des conservateurs. Dans le cas du diabète de type 2, de telles études avaient par exemple suggéré que certains conservateurs pourraient altérer la signalisation de l'insuline. Parmi les autres pistes d'explication figurent les perturbations du microbiote intestinal, mais aussi des mécanismes d'oxydation, de stress oxydant ou d'inflammation qui pourraient être impliqués dans l'apparition de cancers.

Y a-t-il des limites à cette étude ?

M. T. : Il est important de rester prudent concernant les pourcentages d'augmentation d'incidence observés quand on compare les consommateurs les plus fortement exposés aux moins fortement exposés.

En effet, ces chiffres ne s'appuient que sur une seule étude, basée sur la cohorte NutriNet-Santé. Même si celle-ci est fondée sur une très large population d'étude, avec des données fines d'exposition et un contrôle poussé des principaux facteurs de risque (tabagisme, consommation d'alcool, de sucre, sel, fibres, antécédents familiaux de maladies ou encore activité physique), il va falloir les confirmer par d'autres travaux (études épidémiologiques sur d'autres cohortes, puis méta-analyses...).

Cependant, les associations que nous avons mises en évidence sont statistiquement significatives et concordent, comme on l'a souligné, avec les travaux expérimentaux qui ont déjà été menés.

Quelles mesures prendre pour mieux protéger la santé des consommateurs ?

M. T. : Contrairement aux autres types d'additifs alimentaires (émulsifiants, édulcorants, colorants...), l'intérêt des conservateurs va au-delà du cosmétique et de l'organoleptique.

Ils sont employés pour protéger les aliments contre des altérations potentiellement délétères pour la santé des consommateurs, qu'il s'agisse de modifications chimiques (oxydations) ou de contaminations par des microorganismes.

Le ratio bénéfice-risque de ces substances devra donc être pris en compte dans les futures réévaluations de leur sécurité. Il s'agira de déterminer, au cas par cas, si les conservateurs sont réellement indispensables ou s'ils sont utilisés pour des intérêts, notamment économiques, qui dépassent la seule sécurité alimentaire (garder plus longtemps les produits dans les rayons pour faire des économies, par exemple), s'il existe des alternatives, etc.

Au final, nous espérons que nos travaux permettront de nourrir ces futures ré-évaluations (par l'EFSA, la FDA, etc.), et de faire évoluer la réglementation pour mieux protéger les consommateurs, en abaissant si besoin les doses limites autorisées ou en interdisant certaines substances.

Dans nos perspectives de recherche à court terme, nous poursuivons également des travaux sur les liens entre les additifs conservateurs et le risque de maladies cardiovasculaires et d'hypertension. Nous explorons aussi l'impact des mélanges d'additifs sur le risque de maladies chroniques ainsi que celui de contaminants issus des

322825 - CISION 374293901

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

procédés de transformation et des emballages.

Nous recherchons les mécanismes sous-jacents en dosant des biomarqueurs sanguins d'inflammation, de stress oxydant, de perturbation du métabolisme et en étudiant les microbiotes des participants, en lien avec leurs profils d'expositions aux additifs et aux aliments ultratransformés et leurs contaminants.

Nos partenaires toxicologues et physiologistes complètent ces travaux par des approches expérimentales. Enfin, nous travaillons également sur l'évolution du logo Nutri-Score pour permettre d'intégrer ces nouvelles dimensions en plus du profil nutritionnel, avec par exemple un cadre noir pour signaler si l'aliment est « ultratransformé ».

D'une façon plus générale, ces résultats plaident pour l'application des recommandations du Programme national nutrition santé : privilégier les aliments pas ou peu transformés et limiter les additifs superflus...

322825 - CISION 374293901

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

aufeminin

www.aufeminin.com

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **3301890**
Sujet du média : **Lifestyle**

13 Janvier 2026
Journalistes : **Elodie Le Gall**
Nombre de mots : **689**

Visualiser l'article

"Risque de cancer" : ces conservateurs sont à éviter absolument selon 60 Millions de consommateurs

© Shutterstock / Hryshchyshen Serhii

Très courant dans notre alimentation, ces conservateurs auxquels on ne prête pas attention pourraient pourtant favoriser le risque de développer du diabète de type de 2 et même certains cancers selon le magazine 60 Millions de consommateurs.

Fini le temps où les fruits et légumes ainsi que les produits laitiers étaient des valeurs sûres pour manger sainement et équilibré ! Malheureusement, notre alimentation industrielle regorge de pièges qui nous font faire les mauvais choix en faisant nos courses en supermarché. De simples pâtes peuvent être un *" cocktail explosif d'ingrédients"* quand les fruits et légumes que l'on choisit ne sont pas bourrés de pesticides mauvais pour notre santé. Même les aliments que l'on croit les plus sains ne sont pas épargnés. Preuve en est, encore une nouvelle boisson que l'on pense saine s'avère être ultratransformée et potentiellement très néfaste pour notre organisme.

Suite à la publication d'une étude de l' Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), le magazine *60 Millions de consommateurs* nous met en garde contre certains conservateurs couramment utilisés dans les aliments que l'on mange au quotidien . D'après les recherches que l'Inserm mentionne, la consommation de ces conservateurs pourraient avoir un lien avec un risque accru de cancer et de diabète de type 2.

Conservateurs alimentaires dangereux pour la santé : quels aliments en contiennent ?

Si ces études alertent, c'est parce que ces conservateurs dangereux pour notre santé sont omniprésents dans notre alimentation moderne. À l'heure où certaines personnes ont une alimentation quasiment exclusivement industrielle, le risque d'en consommer en quantité importante est régulièrement est concret.

322825 - CISION 374288531

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

" Parmi les trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances" , assure l'Institut national de la santé et de la recherche médicale. Et pour cause, ils sont largement utilisés dans les aliments et les boissons transformés industriellement. *60 Millions de consommateurs* cite quant à lui la charcuterie et les gâteaux industriels parmi les aliments courants que l'on mange tous qui en contiennent. *" Qui prend garde au sorbate de potassium présent dans les Napolitain de Lu ou au nitrite de sodium du jambon à l'étouffée Le Bon Paris de Herta ?"* , s'inquiète-t-il d'ailleurs.

Les 3 pires conservateurs à éviter selon *60 Millions de consommateurs*

Sur le nombre très important de conservateurs alimentaires existants et couramment employés dans les aliments industriels que l'on achète au quotidien, il y en 3 types que le magazine que l'Institut national de la consommation édite qui sont considérés être " *les plus à risque"* . Il s'agit des nitrites, des sulfites et des sorbates. Cela pour la bonne raison que le risque concerne non seulement celui de développer du diabète de type 2, mais aussi qu'ils sont de plus en plus en lien avec le risque de développer un cancer. Au sujet des sorbates, l'Inserm précise que dans les recherches qu'elle résume, ils *" étaient associés à une augmentation de 14 % du risque global de cancer et à une augmentation de 26 % du risque de cancer du sein* ". Il faudrait notamment se méfier du sorbate de potassium.

Pour le nitrite de sodium que l'on retrouve couramment dans la charcuterie, il *" était associé à une augmentation de 32 % du risque de cancer de la prostate, tandis que le nitrate de potassium était associé à une augmentation du risque de cancer en général (13 %) et de cancer du sein (22 %)"* , souligne aussi l'Inserm. Quant aux sulfites, elle indique qu'ils *" étaient associés à une augmentation de 12 % du risque global de cancer. En particulier, le métabisulfite de potassium était associé à une incidence accrue de 11 % de cancer au global et 20 % de cancer du sein"* . Toutefois, Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm et coordinatrice de ces travaux, conclut qu'il s'agit des premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2, et pour elle, d'autres études doivent confirmer ces résultats.

322825 - CISION 374288531

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Santé

sante.lefigaro.fr

Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**
Audience : **2647083**
Sujet du média : **Mode-Beauté-Bien être, Médecine**

11 Janvier 2026
Journalistes : **Pauline Fréour**
Nombre de mots : **825**

Visualiser l'article

Augmentation des risques de diabète et de cancer, les conservateurs alimentaires dans le viseur

DÉCRYPTAGE - Omniprésentes dans les aliments industriels, ces substances, souvent controversées, commencent à faire l'objet d'études pour établir l'impact sur la santé à long terme.

Dans les plats préparés, les gâteaux du goûter, le pain de mie, les boissons sucrées, les sauces pour les pâtes, la charcuterie... Les conservateurs alimentaires sont presque inévitables lorsque l'on fait les courses. Leur rôle : empêcher la prolifération de bactéries ou de champignons dans le produit ou sa dégradation par oxydation, qui le rendraient plus vite impropre à la consommation. Si leur utilité n'est pas remise en cause, l'innocuité à long terme de ces additifs commence tout juste à être étudiée à grande échelle.

Deux études françaises viennent de paraître simultanément dans et , jeudi 8 janvier. Ces recherches ont été menées sur la grande cohorte NutriNet-Santé, qui recueille des informations précises sur la façon dont les Français se nourrissent. Quelque 100 000 volontaires sont suivis pendant plusieurs années et interrogés à trois reprises sur ce qu'ils ont mangé dans la journée. Ils doivent préciser les quantités ingérées et les marques des produits consommés (la nature et la quantité des additifs pouvant être très variable d'un fabricant à l'autre). En parallèle, ils doivent renseigner leurs habitudes de vie susceptibles d'avoir un impact sur leur santé : tabagisme, activité physique, maladies déclarées...

Ces deux études révèlent que certains des conservateurs ou anti-oxydants les plus fréquemment ingérés par les Français pourraient, en cas de consommation importante et régulière, augmenter les risques de développer un cancer et/ou un diabète de type 2. Ainsi, chez les personnes suivies, le sorbate de potassium (E202), le métabisulfite de potassium (E224) ou le nitrate de potassium (E252) font grimper le risque de cancer du sein de respectivement 26 %, 20 % et 22 %. La probabilité d'avoir un cancer de la prostate augmente de 32 % chez les personnes consommant beaucoup de produits contenant des nitrites (E250) (les charcuteries, par exemple). L'antioxydant appelé érythorbate de sodium (E316) élève le risque d'avoir un cancer en général de 12 %.

Pas de lien de cause à effet prouvé

Concernant le diabète de type2, les personnes consommant beaucoup de conservateurs avaient un risque majoré de 47 % par rapport aux « petits » consommateurs. À noter que la relation n'est observée qu'en cas de consommation régulière et élevée des additifs. *« C'est le cas, par exemple, de quelqu'un qui mange quotidiennement l'équivalent des nitrites qu'on trouve dans une portion de nuggets de poulet »*, illustre Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm, qui a supervisé ces travaux. Cela peut paraître peu, mais, précise la chercheuse, l'élément déterminant est le fait *« de répéter tous les jours »*.

Quoique significatifs sur le plan statistique, ces résultats restent à confirmer, poursuit-elle. Même si ces observations sont cohérentes avec des expériences réalisées précédemment sur des cellules ou des modèles animaux, elles restent des études dites épidémiologiques, qui établissent des relations statistiques mais ne permettent pas de prouver un lien de cause à effet. Il est donc crucial que les recherches se poursuivent, potentiellement dans d'autres régions du monde.

322825 - CISION 374277775

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

En parallèle, l'équipe espère que ces travaux seront pris en compte lors de la prochaine réévaluation par l'Autorité européenne pour la sécurité des aliments (EFSA) de la sécurité de ces additifs. Mathilde Touvier reconnaît toutefois que *« la question n'est pas simple, car, contrairement aux édulcorants ou colorants qui sont purement cosmétiques, il y a, dans le cas des conservateurs, une vraie question de bénéfice-risque, puisque certains préviennent réellement des altérations du produit. »*

Pour le Pr Boris Hansel, chef du service de nutrition à l'hôpital Bichat (AP-HP) et fondateur des contenus PUMS (« Pour une meilleure santé ») sur YouTube, ces travaux, quoique d'excellente qualité, restent des associations statistiques dont on ne peut, à ce stade, exclure des biais. Il met aussi en garde contre une surinterprétation qui pourrait générer une angoisse inutile. *« Ma crainte, c'est que certaines personnes aient l'impression qu'on ne peut plus rien manger, que tout est toxique. »*

Inutile, assure-t-il ainsi, de s'astreindre à décrypter les étiquettes : mieux vaut s'en tenir aux recommandations du PNNS (programme national nutrition santé), *« qui restent tout à fait valides et sont même confortées par ces études. Il y a, depuis plusieurs années, un large consensus sur le fait qu'il faut réduire la consommation d'aliments ultra-transformés. Ce faisant, vous écartez de votre assiette beaucoup de produits contenant des conservateurs et un cocktail d'additifs. »*

Comment ce conseil se traduit-il au moment de remplir le chariot de courses ? Anthony Fardet, chercheur en alimentation préventive et durable à l'Inrae de Clermont-Ferrand-Theix, et auteur de *Pourquoi tout compliquer ? Bien manger est si simple* (Éditions Thierry Souccar, 2021), recommande de privilégier *« des aliments avec des listes d'ingrédients courtes, que vous reconnaissez. Au-delà de 5 ingrédients, il y a 75 % de chances que l' . »*

322825 - CISION 374277775

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

marie france

www.mariefrance.fr

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **8600864**
Sujet du média : **Lifestyle, Mode-Beauté-Bien être**

10 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **609**

Visualiser l'article

Cancer, diabète : ces 16 additifs alimentaires (E200-E399) à fuir d'urgence selon les études françaises

Plus de 100 000 Français suivis par NutriNet-Santé voient leurs conservateurs passer au crible, du E200 au E399. Seize additifs ressortent du lot : à quels produits du quotidien sont-ils le plus souvent associés ?

© Reworld Media

EN BREF

• Entre 2009 et 2023, la cohorte française NutriNet-Santé, pilotée par l'Inserm et l'INRAE, a suivi plus de 100 000 adultes et leurs conservateurs.

• Les analyses relient une consommation élevée de plusieurs conservateurs E200-E399, dont E202, E224 et E250, à un risque accru de cancer ou de diabète.

• Une liste de 16 additifs prioritaires et des conseils simples de lecture d'étiquettes proposent des pistes concrètes pour adapter ses achats sans tout chambouler.

Voir le mot "E250" sur l'étiquette d'un jambon blanc paraît anodin. Pourtant, plusieurs **additifs** codés E200 à E399, très présents dans les aliments ultra-transformés, se retrouvent aujourd'hui sous les projecteurs. Deux grandes études françaises viennent de mettre en lumière un lien entre la consommation élevée de certains conservateurs et un risque accru de cancer et de **diabète de type 2** .

Menées au sein de la cohorte française NutriNet-Santé auprès de plus de 100 000 adultes, ces recherches publiées dans *The BMJ* et *Nature Communications* ont suivi la consommation de 17 conservateurs alimentaires. Elles pointent 16 additifs en particulier, associés à une hausse du risque de cancer ou de diabète. Encore faut-il savoir où ils se cachent.

Additifs alimentaires E200 à E399 : ce que révèlent NutriNet-Santé

322825 - CISION 374276921

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Ces conservateurs prolongent la durée de vie des aliments en freinant les microbes ou certaines réactions chimiques. On les retrouve dans de nombreux produits courants : charcuteries et viandes transformées, plats préparés, desserts lactés et yaourts aux fruits, pains et pâtisseries industriels, boissons sucrées ou sauces. Les auteurs des études estiment qu'environ 700 000 produits sur 3,5 millions référencés contiennent au moins un de ces additifs.

Menée entre 2009 et 2023, l'équipe de Mathilde Touvier à l'Inserm a suivi plus de 100 000 personnes en détaillant précisément leur alimentation, puis a croisé ces données avec l'apparition de cancers et de diabètes de type 2. "Ces résultats [des deux études] doivent être confirmés, mais ils sont cohérents avec les données expérimentales qui suggèrent des effets néfastes de plusieurs de ces composés", explique Mathilde Touvier, citée par Reporterre.

Cancer et diabète : les 16 additifs alimentaires à éviter

Pour les cancers, l'étude parue dans le *British Medical Journal* observe qu'une forte consommation de sorbates, en particulier le sorbate de potassium E202, est associée à +14 % de risque de **cancer global** et +26 % pour le sein. Des hausses de 12 à 32 % concernent aussi les sulfites, le nitrite de sodium E250, le nitrate de potassium E252, les acétates et l'érythorbate de sodium E316.

Pour le diabète de type 2, l'article de *Nature Communications* identifie 12 conservateurs associés à un sur-risque : sorbate de potassium E202, métabisulfite de potassium E224, nitrite de sodium E250, acide acétique E260 et acétate de sodium E262, propionate de calcium E282, ascorbate de sodium E301, alpha-tocophérol E307, érythorbate de sodium E316, acide citrique E330, acide phosphorique E338 et extraits de romarin E392.

Réduire les additifs alimentaires : gestes simples au quotidien

Pour limiter l'exposition à ces 16 additifs, les chercheurs recommandent avant tout de surveiller les étiquettes. Repérer les codes E200 à E399 et le nom des conservateurs, puis privilégier les produits qui en contiennent peu, voire aucun, permet déjà de réduire sensiblement son risque.

Ces travaux de l'Inserm et de l'INRAE restent observationnels, ils ne prouvent pas que chaque additif cause directement un cancer ou un diabète. Ils confortent les recommandations du Programme national nutrition santé : privilégier les aliments frais ou peu transformés et limiter les produits ultra-transformés.

322825 - CISION 374276921

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

RTL

www.rtl.fr

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **5152824**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

10 Janvier 2026
Journalistes : **Laurène Rocheteau**
Nombre de mots : **581**

Visualiser l'article

Cancers, diabète : ces conservateurs alimentaires sont soupçonnés de faciliter l ' apparition de pathologies

Deux études déterminent que certains additifs, très présents dans les aliments industriels, sont associés à un plus grand risque de maladies, comme le cancer ou le diabète.

Dans un rayon de supermarché (photo illustration).

Crédit : FRED DUFOUR / AFP

Deux importantes études françaises montrent que certains additifs, souvent très présents dans les aliments industriels, sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète. Depuis des années, des conservateurs comme les **sulfites** , les **nitrites** ou encore les **sorbates** étaient soupçonnés de favoriser l'apparition de certaines pathologies.

"Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons", conclut l'une des études, publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Les deux études ont été menées auprès d'un panel de **plus de 100.000 personnes** , qui ont été suivies pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur

322825 - CISION 374276803

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

la composition des produits consommés . Elles concluent que la consommation de plusieurs conservateurs est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Pas de mécanisme direct de cause à effet

Les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète par rapport au cancer. Ainsi, la consommation régulière de **sorbate de potassium** (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de diabète. Malgré ces résultats, ces études ne permettent pas de mettre en lumière un mécanisme direct de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

Les sulfites, l'un des additifs mis en cause dans cette étude, sont par exemple présents dans les boissons alcoolisées. Dans un commentaire publié auprès de l'une des revues où sont parues les études, des chercheurs extérieurs soulignent ainsi qu'il est difficile de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui de l'alcool lui-même.

À écouter

"Je ne savais pas qu'il y avait autant d'additifs" : les nouilles instantanées mauvaises pour la santé

"Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits", estime quant à elle Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. "Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés."

Mais les chercheurs notent que l'emploi de ces additifs est "très fréquent et souvent mal évalué", ce qui rend leurs effets à long terme "incertains". Les deux études en question ont été réalisées par la même équipe de l'Inserm s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés. Mais leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques, puisque la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, en France, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. En comparaison, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

322825 - CISION 374276803

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

SCIENCES ET AVENIR

www.sciencesetavenir.fr

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **1652049**
Sujet du média : **Sciences & Techniques**

9 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **960**

Visualiser l'article

Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires

Deux études de l'Inserm, publiées dans *BMJ* et *Nature Communications* , révèlent que certains conservateurs (sulfites, nitrites, sorbates) augmentent les risques de cancer et de diabète.

Rayons dans un Intermarché à Nice, en décembre 2025.

© Syspeo/SIPA

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

"Il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits "

" *Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits* ", estime auprès de l'AFP Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. " *Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés* ."

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) et publiées jeudi 8 janvier 2026 dans les revues *BMJ* et *Nature Communications* , doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite. " *Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons* ", conclut

322825 - CISION 374271149

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés , mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques. En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100.000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Qu'est-ce qu'une cohorte en épidémiologie ?

Une cohorte épidémiologique est constituée d'un groupe de personnes suivies et étudiées sur le long terme, individuellement.

On distingue les cohortes de malades et les cohortes de population générale :
- les premières regroupent des sujets suivis pour une même maladie. L'objectif est d'évaluer quels médicaments, quels traitements vont améliorer leur état de santé.
- les secondes sont, au contraire, composées de personnes en bonne santé. Il s'agit alors d'étudier les facteurs qui déclenchent une maladie ou plusieurs, donc plutôt les facteurs de risque, afin d'établir des mesures de prévention.

La cohorte NutriNet-Santé appartient à ce second groupe de cohortes et s'intéresse principalement au rôle de l'alimentation dans le développement de maladies. La plupart des grandes cohortes ont été développées après la Seconde Guerre mondiale et sont des outils majeurs de l'épidémiologie moderne. Parmi celles qui recueillent des données sur l'alimentation des Français, on peut citer la cohorte EPIC, mise en place en 1993, réunissant 520.000 participants âgés de 20 ans dans 10 pays, dont la France, ou la cohorte Constances, mise en place en 2012, qui vise à réunir un échantillon représentatif de la population française avec 200.000 participants âgés de 18 à 69 ans.

Des risques "mal évalués"

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de

322825 - CISION 374271149
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ. Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

Qui plus est, rappellent-ils, *"les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation (...) pour les plus modestes"* . Mais l'emploi de ces additifs est *"très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains"* , notent ces chercheurs. L'étude de l'Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, *"des limites plus strictes quant à leur usage"* .

322825 - CISION 374271149
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

ELLE

www.elle.fr

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **7375000**
Sujet du média : **Lifestyle, Mode-Beauté-Bien être**

9 Janvier 2026
Journalistes : **Justine Briquet- Moreno**
Nombre de mots : **577**

Visualiser l'article

Charcuteries, sodas, sauces : ces conservateurs associés à un risque accru de cancers et de diabète

Charcuteries, sodas, sauces : ces conservateurs associés à un risque accru de cancers et de diabète - © IStock/ sergeyryzhov

Alors que les aliments ultra-transformés ont une part croissante dans nos assiettes, deux études de l'Inserm alertent sur certains conservateurs.

Une consommation trop fréquente serait associée à un risque accru de cancers et de diabète de type 2, bien que le lien de cause à effet ne soit pas encore prouvé.

Moelleux parfait, couleur appétissante, durée de conservation maximale... Les conservateurs sont partout dans notre alimentation quotidienne. Mais derrière ces aliments ultra transformés qui peuplent nos frigos, de nouvelles données scientifiques viennent relancer le débat sur leurs effets à long terme sur notre santé. Deux vastes études épidémiologiques publiées ce jeudi 8 janvier, pilotées par l'Inserm, suggèrent un lien entre la consommation élevée de certains conservateurs et des pathologies comme le cancer ou le diabète de type 2.

Des conservateurs omniprésents dans l'alimentation quotidienne

Les résultats s'ajoutent à une littérature scientifique déjà abondante sur les risques associés aux aliments ultra-transformés, souvent pointés du doigt pour leur impact sur la santé cardiovasculaire notamment. En France, ces produits représentent environ un tiers de l'apport énergétique quotidien chez les adultes, et près de la moitié chez les enfants, selon Santé publique France. Une exposition massive, quand on sait que plusieurs dizaines de milliers de produits industriels contiennent des additifs.

En l'occurrences, les deux études se sont intéressées à 17 additifs conservateurs, consommés par au moins 10

322825 - CISION 374263451

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

% des participants de la cohorte NutriNet-Santé, suivis pendant environ sept ans. Résultat : parmi eux, six sont associés à un risque accru de cancer et douze à un risque accru de diabète de type 2, sans que cela ne prouve, à ce stade, un lien de causalité directe. Dans ces deux premières études sur le sujet, les liens entre additifs conservateurs, cancers et diabètes de type 2 doivent encore être confirmés.

Cancers et diabète de type 2 : des signaux préoccupants, sans lien causal établi

Parmi les additifs les plus préoccupants, figure le nitrite de sodium (E250), très présent dans les charcuteries . Sa consommation élevée est associée à une augmentation de 32 % du risque de cancer de la prostate. Dans les colonnes de « Libération » , la scientifique Mathilde Touvier a donné l'exemple d' « une boîte de cinq à six nuggets qui contiendrait des conservateurs de type nitrite ». Elle explique que les risques existent principalemennt dans le cadre d'une consommation quotidienne.

Enfin, d'autres conservateurs comme le sorbate de potassium ou certains additifs présents dans les sauces, produits laitiers ou fruits secs, sont également associés à une augmentation du risque de cancer, notamment du sein . Les mécanismes biologiques restent encore à préciser, mais « les premières données issues d'études expérimentales mettent en avant une potentielle augmentation de la prolifération cellulaire, une altération des voies métaboliques, un effet pro-inflammatoire ou encore une altération des voies de signalisation [pouvant modifier] les réponses immunitaires et ou inflammatoires », explique la doctorante Anaïs Hasenböhler à « Libération ».

Côté diabète de type 2, les sodas sont également dans le viseur. L'habitude de consommer « une canette de Coca Light et une galette de maïs tortilla chaque jour » serait ainsi une très mauvaise idée, estime aussi Mathilde Touvier. Face à ces résultats, les chercheurs appellent à une réévaluation des réglementations sur les additifs alimentaires. En attendant, un conseil s'impose aux consommateurs : réduire autant que possible les « additifs superflus » et limiter la place des aliments ultra-transformés dans leur nourriture. Un geste simple, mais loin d'être anodin pour sa santé.

322825 - CISION 374263451

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Le Point

www.lepoint.fr

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **6784931**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Héloïse Rambert**
Nombre de mots : **918**

Visualiser l'article

Cancers et diabète : l'alerte sur les conservateurs alimentaires

Deux nouvelles études suggèrent en lien entre ces additifs omniprésents dans les produits industriels et ces maladies.

Pour éviter les conservateurs à risque, les experts conseillent de limiter sa consommation de produits ultra-transformés. © Alamy Stock Photo

Après les édulcorants et les émulsifiants, c'est au tour des conservateurs d'être mis sur la sellette. Ils sont très largement utilisés par l'industrie agroalimentaire à l'échelle mondiale : parmi les trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins un de ces additifs. Pour la première fois, un lien de corrélation a pu être établi chez l'homme entre la consommation de certains conservateurs et l'apparition de certains cancers et du diabète de type 2.

Ces résultats sont issus de travaux menés dans le cadre de l'étude de cohorte NutriNet-Santé, qui repose sur les données de santé et de consommation alimentaire de plus de 100 000 adultes français. Ils font l'objet de deux publications : l'une dans *The BMJ*, l'autre dans la revue *Nature Communications*.

17 conservateurs dans le collimateur

Certains conservateurs présentent un ratio bénéfice-risque intéressant puisqu'ils sont là, rappelons-le, pour protéger les denrées alimentaires des contaminations bactériennes et de l'oxydation. Des données

322825 - CISION 374262309

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

expérimentales - issues de travaux menées par d'autres équipes - orientaient cependant déjà vers une possible nocivité de ces additifs.

« *Des études menées sur des modèles cellulaires ou animaux ont suggéré, par exemple, un impact de certains de ces conservateurs sur la résistance à l'insuline, le stress oxydant, les mécanismes inflammatoires ou bien encore sur des phénomènes liés à la prolifération cellulaire,* rapporte Mathilde Touvier directrice de recherche en épidémiologie nutritionnelle à l'INSERM et coordinatrice de ces nouveaux travaux. *Donc des mécanismes qui influencent le développement des cancers et du diabète de type 2. »* Mais pour apprécier leurs effets sur notre santé " dans la vraie vie", il a fallu scruter dans le détail les habitudes alimentaires des participants à l'étude NutriNet-Santé, qui ont transmis aux scientifiques des rapports complets du contenu de leur assiette sur plusieurs périodes de 24 heures, noms et marques des produits industriels consommés inclus.

Environ 80 additifs avec des propriétés de conservateurs sont autorisés sur le marché européen. Dans l'étude NutriNet Santé, 58 étaient consommés au moins par un participant et 17 l'étaient par au moins 10 % d'entre eux. Pour obtenir des données solides sur l'impact d'un conservateur sur la santé, il fallait qu'il soit au menu d'un nombre assez important de mangeurs. Les scientifiques se sont donc concentrés sur ce groupe resserré de 17 conservateurs les plus présents dans les rayons des supermarchés.

À éviter autant que possible

« Le fait de consommer plus de certains de ces additifs était associé à une incidence plus élevée à la fois du diabète de type 2 et de certains cancers, rapporte Mathilde Touvier. *Nous avons seulement pu faire ce constat pour les cancers les plus fréquents dans la population française, et donc suffisamment représentés dans la cohorte, à savoir le cancer du sein chez la femme ou de la prostate chez l'homme. »*

À titre d'exemple, les sorbates, en particulier le sorbate de potassium, étaient associés à une augmentation de 14 % du risque global de cancer et à une augmentation de 26 % du risque de cancer du sein. Pour la chercheuse, s'il n'existe aucune certitude, il n'est pas à exclure que ces additifs, comme d'autres, jouent un rôle dans l 'augmentation de l'incidence du cancer chez les jeunes - les plus grands consommateurs de produits industriels - constatée ces dernières années.

Faut-il pour autant faire ses courses liste de ces conservateurs problématiques à la main ? La tâche serait ardue et particulièrement rébarbative. Sur les emballages, ils correspondent généralement aux codes européens compris entre E200 et E299 (pour les conservateurs au sens strict) et entre E300 et E399 (pour les additifs antioxydants). « *Nous défendons un discours plus pragmatique pour éviter une trop grande charge mentale aux consommateurs,* continue la scientifique. *Le plus simple est de choisir des produits pas ou peu transformés, de manière à éviter les additifs superflus. »*

L'effet « cocktail »

Les industriels sont capables de produire sans conservateurs et, pour la plupart des produits, une alternative existe. « *De nombreux plats " tout prêts" à base de fruits et de légumes contiennent ces conservateurs,* souligne

322825 - CISION 374262309
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Mathilde Touvier. *Consommer frais et de saison est bien sûr important. Mais ne serait-ce que choisir des légumes surgelés non cuisinés fait gagner du temps tout en les évitant. »*

Les éviter un maximum est d'autant plus intéressant qu'il existe une relation claire entre la dose ingérée et l'incidence des maladies. Mais impossible de déterminer une dose-seuil de consommation au-delà de laquelle le danger devient grand. C'est aussi l'effet « cocktail » des différents additifs dans les produits alimentaires plus ou moins transformés qui serait explosif. « *Chaque additif, les conservateurs comme certains édulcorants ou émulsifiants par exemple, semblent associés à des risques accrus. Et si on y ajoute les contaminants, liés aux procédés de transformation qui viennent des emballages, il existe probablement une conjonction de plusieurs facteurs »*, résume Mathilde Touvier.

« Plus largement, ces nouvelles données s'ajoutent à d'autres en faveur d'une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs alimentaires par l'industrie alimentaire afin d'améliorer la protection des consommateurs », ajoute Anaïs Hasenböhler, doctorante à l'Eren qui a réalisé ces études.

322825 - CISION 374262309

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

ouest france

www.ouest-france.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **21066016**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **528**

Visualiser l'article

Cancers, diabète... : les conservateurs alimentaires soupçonnés

Deux importantes études françaises montrent que ces additifs sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

« Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits », estime Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. « Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés. »

Divergences politiques

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées hier dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

« Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons », conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Précision des risques associés

Dans ce contexte, les deux études publiées hier apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100 000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

0xPkBX3z2dMlvgdD_WSu1ZgjN1qGxpXbVyjQE1RbqWyqJ_yOtOrxfBqN1-oCM3BE0ALCEIPiN3KJOhWStu-Z28vgGDDcwHK07SWkg7-bCknAMTI4

322825 - CISION 374262218

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel, mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Les études recommandent de privilégier les alimentsles moins transformés.

AFP

0xPkBX3z2dMlvgdD_WSu1ZgjN1qGxpXbVyjQE1RbqWyqJ_yOtOrxfBqN1-oCM3BE0ALCEIPiN3KJOhWStu-Z28vgGDDcwHK07SWkg7-bCknAMTI4

322825 - CISION 374262218
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

TF1 INFO

www.tf1info.fr

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **5921516**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Caroline FRUHAUF**
Nombre de mots : **583**

Visualiser l'article

Suspectés d'être mauvais pour la santé, quels sont les conservateurs alimentaires à éviter ?

Audio :
https://www.tf1info.fr/sante/suspectes-d-etre-mauvais-pour-la-sante-quels-sont-les-conservateurs-alimentaires-a-eviter-2417517.html

Source : JT 20h Semaine

- Des nouvelles études suggèrent que des conservateurs alimentaires sont mauvais pour la santé.
- Ils ont été associés à un risque accru de cancer et de diabète de type 2.
- Les chercheurs ont alerté sur certains d'entre eux.

Selon deux nouvelles études publiées mercredi 8 janvier, la consommation de certains conservateurs alimentaires a été associée à une augmentation du risque de cancer et du diabète de type 2. Les conservateurs appartiennent à la famille des additifs alimentaires et sont largement utilisés par l'industrie agroalimentaire. Ils servent à prolonger la durée de vie des aliments qui les contiennent. Des études expérimentales ont montré que certains conservateurs pourraient endommager les cellules et l'ADN et avoir des effets indésirables sur le métabolisme. D'après ces études, citées par l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (INSERM (nouvelle fenêtre)), une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs était associée à un risque plus élevé de cancer par rapport aux plus faibles consommations. Ces conservateurs sont les sorbates, en particulier le sorbate de potassium. Ils étaient associés à une augmentation de 14% du risque global de cancer et à une augmentation de 26% du risque de cancer du sein.

322825 - CISION 374262142

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Inspirants : premier épisode du podcast disponible

Pour son tout nouveau podcast vidéo, François-Xavier Ménage reçoit Marie-Laure Duflos, juge pour enfants. Elle est revenue sur son quotidien entre violences, prostitution de mineurs ou encore narcotrafic.

Sulfites, nitrites et nitrates sont pointés du doigt

De leur côté, les sulfites étaient associés à une augmentation de 12% du risque global de cancer, et particulièrement le métabisulfite de potassium, associé à une incidence accrue de 11 % de cancer au global et 20% de cancer du sein. Le nitrite de sodium est aussi pointé du doigt, associé à une augmentation de 32% du risque de cancer de la prostate, tandis que le nitrate de potassium était associé à une augmentation du risque de cancer de 13% et de cancer du sein de 22%. Les nitrites sont majoritairement présents dans les charcuteries, tandis que nous sommes davantage exposés aux nitrates par l'eau que nous buvons et par les légumes, indique l'Anses. Parmi les autres conservateurs alimentaires à éviter, les chercheurs pointent les acétates, associés à une augmentation du risque de cancer de 15% et de cancer du sein de 25%. Les érythorbates totaux et l'érythorbate de sodium spécifique ont aussi été associés à une incidence plus élevée de cancer au global (12%) et du sein (21%). Les chercheurs avancent que ces composés pourraient altérer les voies immunitaires et inflammatoires, ce qui pourrait déclencher le développement d'un cancer.

Les additifs à surveiller sur les étiquettes

Enfin, parmi les conservateurs étudiés, une consommation plus élevée de 12 d'entre eux était associée à un risque accru de diabète de type 2. Ces additifs sont les suivants : E202, E224, E250, E260, E262, E282, E301, E307, E316, E330, E338 et E392. Ces conservateurs alimentaires, présents sous la forme d'additifs, sont particulièrement présents dans les aliments ultra-transformés. Selon l'INSERM, une augmentation de 10% de la proportion d'aliments ultra-transformés dans le régime alimentaire est associée à une augmentation de plus de 10% des risques de développer un cancer et particulièrement un cancer du sein. Des scientifiques appellent à des mesures de santé publique pour limiter le recours aux aliments ultra-transformés et pour améliorer l'alimentation à l'échelle mondiale.

322825 - CISION 374262142
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

BFMTV.

www.bfmtv.com

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **17059199**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **101**

Visualiser l'article

Pourquoi l'Inserm alerte-t-il sur les liens entre conservateurs alimentaires, cancer et diabète?

Vidéo:
https://www.bfmtv.com/podcasts/la-question-info/pourquoi-l-inserm-alerte-t-il-sur-les-liens-entre-conservateurs-alimentaires-cancer-et-diabete_EN-202601080744.html

Ils sont omniprésents dans notre alimentation: les conservateurs alimentaires. Ils sont utilisés dans les aliments transformés pour prolonger leur durée de conservation. Selon deux études scientifiques menées par l'Institut national de santé et de recherche médicale, leur consommation serait dangereuse pour la santé. Que démontrent exactement ces deux études? On pose la question à Céline Hussonnois-Alaya, journaliste à BFMTV.com.

322825 - CISION 374261384

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

egora.fr

www.egora.fr

Famille du média : **Médias professionnels**
Audience : **176700**
Sujet du média : **Médecine**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Dre Marielle Ammouche**
Nombre de mots : **702**

Visualiser l'article

Cancers, diabète : la dangerosité des conservateurs alimentaires confirmée dans 2 études en population réelle

Deux vastes études, issues de la cohorte NutriNet Santé, établissent qu'une alimentation contenant une proportion élevée de conservateurs entraîne un risque accru de cancer - en particulier du sein ou de la prostate - et de diabète de type 2.

Plusieurs études fondamentales ont suggéré que les conservateurs, ces produits chimiques largement utilisés dans l'industrie agro-alimentaire pour prolonger la durée d'utilisation des aliments, ont un impact négatif sur la santé. Ils sont classés en deux grands groupes : les non-antioxydants et les antioxydants.

Afin de préciser les choses dans ce domaine, des chercheurs français (Inserm, Inrae, université Sorbonne Paris Nord, université Paris Cité et Cnam, au sein de l'Équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle - Cress-Eren) ont utilisé les données de l'étude NutriNet-Santé. Deux grands axes ont été explorés : les liens entre l'exposition à ces conservateurs et le risque de cancer d'une part, et de diabète de type 2 d'autre part. Ces deux axes faisant chacun l'objet d'une publication scientifique.

Plus de 100 000 personnes, recrutées entre 2009 et 2023, ont ainsi renseigné de nombreuses données sur leur état de santé et leurs habitudes de vie. Les données alimentaires étaient recueillies de façon approfondie à l'aide de relevés précis sur 24 heures, pendant plusieurs périodes. Les analyses ont ainsi tenu compte de nombreux facteurs confondants : profils socio-démographiques des participants, consommation de tabac et d'alcool, mais aussi qualité du régime alimentaire (calories, sucre, sel, graisses saturées, fibres...). Et concernant les conservateurs, les 17 plus fréquents - consommés par au moins 10% des participants de la cohorte - ont pu être analysés individuellement en lien avec les pathologies étudiées.

322825 - CISION 374261227

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Pour la première étude examinant les liens entre conservateurs et cancer, les auteurs ont comptabilisé 4 226 cas de cancers (sur 105 260 participants), dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate, 352 cancers colorectaux et 2 158 autres cancers.

Des résultats qui doivent encore être complétés

Les analyses ont permis de mettre en évidence que la consommation de conservateurs - en général les non-antioxydants - était associée à une incidence accrue de l'ensemble des cancers, mais aussi de celle des cancers du sein et de la prostate. Dans le détail, il s'agissait en particulier des sorbates, qui augmentaient le risque global de cancer de 14% par rapport aux faibles consommateurs (26% pour le cancer du sein) ; des nitrites, en particulier du nitrite de sodium (augmentation de 32% du risque de cancer de la prostate), et du nitrate de potassium (13% pour le risque global, 22% pour le cancer du sein) ; des sulfites et en particulier le métabisulfite de potassium (11% pour le risque global et 20% pour le cancer du sein) ; et enfin des acétates (15% pour le risque global et 25% pour le cancer du sein).

Si ces résultats doivent être complétés par d'autres études, les chercheurs évoquent des pistes immunitaires et inflammatoires pour expliquer ce phénomène.

Concernant la 2 ème étude, 1 131 cas de diabète de type 2 ont été identifiés (parmi 108 723 participants). L'ensemble des conservateurs augmentait le risque de 47% (49% pour les non antioxydants). Les plus en cause étaient le sorbate de potassium (E202), le métabisulfite de potassium (E224), le nitrite de sodium (E250), l'acide acétique (E260), l'acétate de sodium (E262) et le propionate de calcium (E282), l'ascorbate de sodium (E301), l'alpha-tocophérol (E307), l'érythorbate de sodium (E316), l'acide citrique (E330), l'acide phosphorique (E338) et les extraits de romarin (E392).

Pour Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm et coordinatrice de ces travaux, " *il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2. Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés"* . Ces résultats vont donc dans le sens " *d'une réévaluation des réglementations sur l'utilisation de ces additifs alimentaires par l'industrie alimentaire afin d'améliorer la protection des consommateurs",* ajoute Anaïs Hasenböhler, doctorante à l'Eren qui a réalisé ces études.

Références :

D'après BMJ 2026;392:e084917 ; Hasenböhler, A., et al. *Nat Commun* 16, 11199 (2025) ; et un communiqué de l'Inserm (8 janvier)

https://www.bmj.com/content/392/bmj-2025-084917

https://www.nature.com/articles/s41467-025-67360-w

322825 - CISION 374261227
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

LE QUOTIDIEN DU MEDECIN.fr

www.lequotidiendumedecin.fr

Famille du média : **Médias professionnels**
Audience : **440067**
Sujet du média : **Médecine**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Juliette Dunglas**
Nombre de mots : **1240**

Visualiser l'article

Les conservateurs alimentaires sont associés à un risque accru de cancer et de diabète de type 2

De nouvelles données de la cohorte NutriNet-Santé pilotée par l'épidémiologiste Mathilde Touvier (Inserm) mettent en lumière l'association entre exposition chronique aux conservateurs alimentaires et surrisque de diabète de type 2 et de cancer.

Une exposition chronique aux conservateurs est associée à un risque plus élevé de diabète de type 2 et de cancers, notamment de la prostate et du sein. C'est ce que révèlent deux nouvelles études basées sur la cohorte NutriNet-Santé, lancée en 2009 et comptabilisant à ce jour plus de 182 000 participants. L'équipe composée de chercheurs de l'Inserm, de l'Inrae, de l'Université Sorbonne Paris Nord, de l'Université Paris Cité et du Cnam (équipe de recherche Cress-Eren) publient leurs nouveaux résultats dans le *British Medical Journal (BMJ)* pour la première étude sur le lien avec les cancers, et dans *Nature Communications* pour la seconde sur le diabète de type 2 (DT2).

Pour les auteurs, ces nouvelles données appellent à *« une réévaluation des réglementations »* , *« limiter l'utilisation de conservateurs inutiles »* par les industriels et *« soutiennent les recommandations du programme national nutrition santé (PNNS) invitant les consommateurs à privilégier les aliments frais et peu transformés ».* Précédemment, des données de la cohorte NutriNet-Santé avaient pointé l'implication possible des nitrites et des émulsifiants dans la survenue de diabète de type 2 et de cancers.

Les conservateurs (additifs alimentaires) sont utilisés pour prolonger la durée de conservation de boissons ou d'aliments. Les chercheurs les ont classés en deux catégories : les non-antioxydants (« stricts »), inhibant la croissance microbienne ou ralentissant les changements chimiques conduisant à la détérioration des aliments (codes européens compris entre E200 et E299), et les antioxydants, retardant, ou empêchant, la détérioration des aliments en éliminant, ou en limitant, les niveaux d'oxygène dans les emballages (codes européens compris entre E300 et E399).

« *Parmi les trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins l'une de ces substances ; et 99,7 % des participants à la cohorte NutriNet-Santé ont consommé au moins un de ces conservateurs dans les deux premières années de suivi »* , a précisé Mathilde Touvier lors d'une conférence de presse. Au sein des cohortes étudiées, les chercheurs ont comptabilisé 58 conservateurs au total dont 33 au sens strict et 27 additifs antioxydants, présents majoritairement dans les préparations de fruits et légumes, de viandes transformées, de sauces ou encore de boissons alcoolisées.

Ils se sont penchés en particulier sur l'analyse du lien entre 17 substances prises individuellement et les pathologies étudiées, des conservateurs qui s'avèrent être consommés par au moins 10 % des participants de la cohorte. *« La force de notre cohorte est qu'elle fournit des informations sur les noms commerciaux et les marques de plus de 3 500 produits industriels, cela nous permet de relier aux bases de données existantes comme Open Food Facts ou encore Oqali, et de les mettre en regard des données de dosage disponibles »,* détaille Mathilde Touvier.

« Des études expérimentales ont suggéré que certains conservateurs pourraient endommager les cellules et l'ADN et avoir des effets indésirables sur le métabolisme, mais les liens entre ces additifs et le risque de cancer et de diabète de type 2 restent à établir (et de maladies chroniques de façon plus vaste), explique la directrice de recherche Inserm. *Il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2. Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils*

322825 - CISION 374260252

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés ».

Leurs travaux ont été financés par le Conseil européen de la recherche (ERC Additives), l'Institut national du cancer (Inca), et la Direction générale de la santé (DGS).

Le cancer du sein particulièrement associé aux conservateurs stricts

Concernant le risque de cancer, les chercheurs ont inclus 105 620 participants ayant intégré la cohorte entre 2009 et 2023 (79 % des femmes et âge moyen de 42 ans). Au cours de la période de suivi (7,6 ans en moyenne), 4 226 participants ont eu un cancer : 1 208 du sein, 508 de la prostate, 352 colorectaux et 2 158 autres.

La consommation de conservateurs non-antioxydants est associée à une incidence accrue de cancer au global (HR = 1,16), de cancer de la prostate (HR = 1,12) et de cancer du sein spécifiquement (HR = 1,22). L'association avec le cancer est retrouvée pour six conservateurs (sur les 17 étudiés), dont les sorbates (risque global de cancer augmenté de 14 %), les sulfites (+ 12 %), les acétates (+ 15 %) ou encore les érythorbates (+ 12 %). De surcroît, la consommation régulière de plusieurs conservateurs - notamment non-antioxydants - expose à un surrisque de cancer par rapport à une consommation plus restreinte en nombre, un effet cocktail déjà décrit dans le diabète de type 2.

« Les mécanismes à l'oeuvre pourraient être une altération des voies immunitaires et inflammatoires, avec une prolifération cellulaire accrue, un effet pro-oxydant, une cytotoxicité des phénomènes qui ont été reliés précédemment au cancer », détaille Anaïs Hasenböhler, première autrice des deux études.

Toutefois, Xinyu Wang et le Pr Edward Giovannucci d'Harvard (États-Unis), relèvent dans un éditorial du *BMJ* que *« la modeste augmentation des estimations de risque de cancer »* ne permet pas d'établir la causalité. *« Des facteurs de confusion non mesurés ou résiduels ne peuvent être exclus, en particulier compte tenu des fortes corrélations entre certains conservateurs et leurs vecteurs alimentaires »,* ajoutent-ils, citant des aliments considérés eux-mêmes comme cancérogènes (viandes transformées et alcool). Les deux experts soulignent par ailleurs une puissance statistique insuffisante pour certains cancers spécifiques, tels que le cancer colorectal, même si la cohorte NutriNet-Santé est considérée comme la plus grande web cohorte de ce type dans le monde.

De plus fortes associations dans le diabète

Concernant le diabète de type 2 , les chercheurs ont inclus 108 723 participants ayant rejoint la cohorte entre 2009 et 2023 (79,2 % de femmes, âge moyen de 42,5 ans). Au cours de la période de suivi (8,05 ans en médiane), ils relèvent 1 131 cas incidents de diabète de type 2.

Les consommations plus élevées de conservateurs étaient associées à une incidence accrue de 47 % de diabète de type 2 (+ 49 % pour les non-antioxydants et + 40 % pour les antioxydants), par rapport aux plus faibles niveaux de consommation. Le diabète de type 2 était particulièrement associé à 12 conservateurs (sorbates, sulfites, nitrites, acétates, ascorbate, alpha-tocophérol, extraits de romarin...). De plus, l'alimentation ultra-transformée était associée à une incidence plus élevée de diabète de type 2 (HR = 1,20).

322825 - CISION 374260252
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

« Ici, les mécanismes à l'oeuvre pourraient être une altération du cycle de Krebs, une résistance à l'insuline, une perturbation du mycobiote... des phénomènes qui ont été reliés là encore au diabète de type 2 », ajoute de nouveau Anaïs Hasenböhler.

Des arguments pour réévaluer les réglementations

« Notre objectif est que ces résultats soient pris en compte lors de la réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs alimentaires par l'industrie alimentaire afin d'améliorer la protection des consommateurs », concluent les deux chercheuses Inserm. Mathilde Touvier souligne toutefois que les conservateurs, à l'inverse d'autres additifs alimentaires dits cosmétiques, ont une réelle utilité pour les consommateurs. *« Il existe donc une balance bénéfice-risque à calculer »,* avertit-elle.

L'équipe envisage de s'intéresser à d'autres additifs alimentaires comme les colorants, le glutamate... mais également aux contaminations provenant des procédés de fabrication et de conditionnement. Enfin, si certains conservateurs ne semblent pas associés à un surrisque de diabète de type 2 ou de cancer, ils pourraient l'être pour d'autres maladies chroniques par exemple cardiovasculaires.

322825 - CISION 374260252

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

aufeminin

www.aufeminin.com

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **3301890**
Sujet du média : **Lifestyle**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **653**

Visualiser l'article

Ces additifs cachés dans cette charcuterie du brunch augmenteraient le risque de cancer de la prostate

© Reworld Media

En France, la cohorte NutriNet-Santé pointe les additifs nitrités du bacon, associés à un risque accru de cancer de la prostate chez les gros consommateurs. Jusqu'où peut-on aller dans l'assiette sans franchir la ligne rouge ?

Le bacon croustillant du brunch dominical n'a pas seulement un parfum de fumée. De grandes études françaises suggèrent que les additifs qui prolongent sa conservation pourraient accroître le risque de cancer de la prostate chez les gros consommateurs. Longtemps, l'alerte a surtout visé la viande rouge en général, mais les projecteurs se déplacent aujourd'hui sur les conservateurs ajoutés à la charcuterie.

Depuis 2009, l'étude NutriNet-Santé suit plus de 100 000 adultes qui décrivent précisément leurs repas, marques et additifs des produits compris. Entre 2009 et 2023, 4 226 cancers y ont été diagnostiqués, dont 508 cancers de la prostate. Ces données nourrissent plusieurs travaux récents publiés dans *The BMJ* et *Nature Communications*, qui interrogent directement le rôle des conservateurs présents dans le bacon. L'histoire ne s'arrête pas là.

Nitrites du bacon et cancer de la prostate

Un premier travail issu de cette cohorte s'est concentré sur les **additifs nitrités** utilisés comme conservateurs dans la charcuterie. Chez les hommes qui en consommaient le plus, le risque de cancer de la prostate était environ 58 % plus élevé que chez ceux qui n'en prenaient pas, en particulier pour le nitrite de sodium E250, très courant dans le bacon. Les nitrites provenant de l'eau ou des légumes n'étaient pas impliqués.

322825 - CISION 374259954

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

D'autres analyses, publiées en 2026, ont étudié 17 conservateurs utilisés dans les aliments et boissons transformés. "La consommation totale de conservateurs non-antioxydants était associée à une incidence accrue de cancer au global et de cancer du sein spécifiquement", a indiqué l'Inserm, cité par La Dépêche. Le nitrite de sodium du bacon était lié à une hausse mesurée du risque de cancer de la prostate. "Des consommations plus élevées d'additifs conservateurs au global, de conservateurs non-antioxydants et d'additifs antioxydants étaient associées à une incidence accrue de diabète de type 2, respectivement de 47 %, 49 % et 40 %, comparé aux plus faibles niveaux de consommation", ajoute l'Inserm.

Additifs du bacon : le problème

Le bacon industriel associe généralement viande de porc, sel, fumée et conservateurs comme le nitrite de sodium E250, parfois des nitrates E251 ou E252. Ces additifs appartiennent aux conservateurs non-antioxydants mis en cause par les études françaises. Les viandes transformées, dont le bacon, sont classées cancérogènes pour l'être humain par le Centre international de recherche sur le cancer, et l'ANSES a lié en 2022 la charcuterie nitritée à un excès de cancers colorectaux, avec un signal pour la prostate.

Quand ces nitrites rencontrent dans l'estomac les protéines de la viande et l'acidité gastrique, ils peuvent former des composés N-nitrosés, dont certaines nitrosamines. Une cuisson très poussée du bacon favorise encore ces réactions. Les travaux expérimentaux mentionnés par les équipes françaises vont dans le même sens : "Bien que d'autres travaux soient nécessaires pour mieux comprendre ces risques, les chercheurs notent que plusieurs études expérimentales ont observé que certains de ces composés peuvent altérer les voies immunitaires et inflammatoires, ce qui pourrait déclencher le développement d'un cancer", note l'Inserm dans un communiqué.

Bacon et prostate : adapter sa consommation

Pour les autorités sanitaires, l'enjeu est de réduire un facteur de risque modifiable. L'ANSES conseille de limiter la charcuterie, bacon compris, à 150 g par semaine. "Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés", a expliqué Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm, coordinatrice de ces travaux. "Ces travaux justifient une fois de plus les recommandations du Programme national Nutrition santé faites aux consommateurs de privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus."

322825 - CISION 374259954

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Alimentation: les risques de cancer et de diabète augmentent avec certains conservateurs, révèlent des études

Deux études françaises de l'Inserm révèlent que certains conservateurs alimentaires couramment utilisés dans les produits industriels sont associés à des risques accumulés de cancers et de diabète. Ces travaux, publiés dans les revues BMJ et Nature Communications, plaident pour une réévaluation de la réglementation avec des limites plus strictes sur l'usage de ces additifs.

L'hexane est un solvant utilisé pour faciliter l'extraction d'huiles. Ici, un rayon d'huiles dans un supermarché à Lens, dans le nord de la France. © Denis Charlet / AFP

Sulfites, nitrites, sorbates : ils sont partout dans nos assiettes et augmentent nos risques de cancer et de **diabète** . Deux études françaises inédites lèvent le voile sur les dangers réels des conservateurs alimentaires. « *Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits* », estime Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études, interrogée par l'AFP. Alors que le gouvernement français hésite encore à réguler les aliments ultratransformés, le message de l'épidémiologiste au grand public est clair : « *Face à un rayon de supermarché,* [il faut] *privilégier les aliments les moins transformés* ».

Menée par la même équipe de l'Inserm, c'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer les risques par conservateur. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers. Ce degré de risque reste toutefois limité. À titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Le sorbate de potassium (E202) est, lui, associé à un risque deux fois plus élevé de diabète lors d'une consommation régulière.

Un enjeu majeur de santé publique

322825 - CISION 374259120

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

« *Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons* », conclut l'étude publiée dans Nature Communications qui se concentre sur les risques concernant le diabète.

Pus de 100 000 personnes ont été suivies pendant plusieurs années dans le cadre de ces deux études avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Les conclusions doivent être interprétées avec prudence car malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre la consommation des additifs concernés et les pathologies. L'étude de l'Inserm plaide pour une réglementation avec des limites plus strictes de l'usage de ces additifs.

322825 - CISION 374259120

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

pourquoi docteur

www.pourquoidocteur.fr

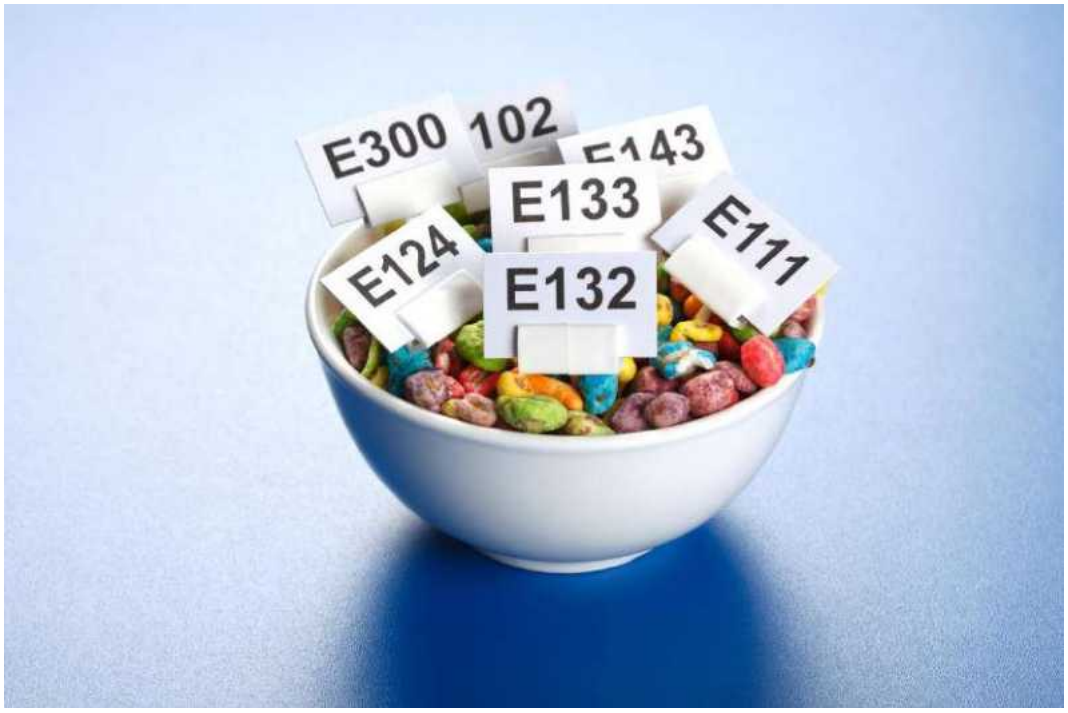
Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **1609508**
Sujet du média : **Médecine**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Mégane Fleury**
Nombre de mots : **351**

Visualiser l'article

Cancer, diabète : les additifs conservateurs épinglée par plusieurs études

D'après deux études, publiées par l'Inserm, la consommation d'additifs alimentaires conservateurs en grande quantité est associée à un risque plus élevé de cancer et de diabète de type 2.



erierika/ISTOCK

Les additifs sont largement présents dans l'alimentation moderne. Ils permettent notamment de prolonger la durée de vie des aliments. Des études scientifiques ont déjà identifié des effets indésirables liés à ces produits. Pour mieux les comprendre, une équipe de l'Inserm a réalisé deux études sur les liens entre additifs alimentaires conservateurs et deux types de maladies : le cancer et le diabète de type 2.

Additifs alimentaires : deux études sur deux types de conservateurs

Ces scientifiques, dirigés par Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm, se sont intéressés à deux types de conservateurs : les non-antioxydants et les antioxydants. Les premiers permettent de bloquer la croissance des microbes et de ralentir la détérioration des aliments. Les seconds rallongent la durée de vie des aliments en limitant les niveaux d'oxygène. " *Sur les emballages, ils correspondent généralement aux codes européens compris entre E200 et E299 (pour les conservateurs au sens strict) et entre E300 et E399 (pour les additifs antioxydants)"* , indiquent les auteurs dans un communiqué .

Quels sont les liens entre les additifs et le cancer ?

322825 - CISION 374258385

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

La première étude, publiée dans le *British Medical Journal* , repose sur les données de 105.260 participants. Dans ce groupe, 4.226 personnes ont développé un cancer. " *La consommation totale de conservateurs non-antioxydants était associée à une incidence accrue de cancer au global et de cancer du sein spécifiquement* ", concluent les auteurs. Ces derniers ont constaté que quatre types de conservateurs étaient particulièrement associés à un risque plus élevé de cancer, en cas de consommation élevée : les sorbates, les sulfites, le nitrite de sodium et les acétates. Ces différentes substances étaient toutes associés à une augmentation du risque global de cancer et de cancer du sein en particulier. " *Plusieurs études expérimentales ont observé que certains de ces composés peuvent altérer les voies immunitaires et inflammatoires, ce qui pourrait déclencher le développement d'un cancer"* , précisent les chercheurs dans leur communiqué.

322825 - CISION 374258385

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Brut.

www.brut.media

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **191080**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **743**

Visualiser l'article

Cancers, diabète... Ce que révèlent deux études françaises sur plusieurs conservateurs alimentaires

Gettyimages

Selon cette étude, la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - serait associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate.

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

"Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits", estime auprès de l'AFP Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. "Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés."

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

"Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons", conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

322825 - CISION 374257832

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100 000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Des risques "mal évalués"

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ. Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

Qui plus est, rappellent-ils, "les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation (...) pour les plus modestes".

Mais l'emploi de ces additifs est "très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains", notent ces chercheurs. L'étude de l'Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, "des limites plus strictes quant à leur usage".

AFP

322825 - CISION 374257832
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

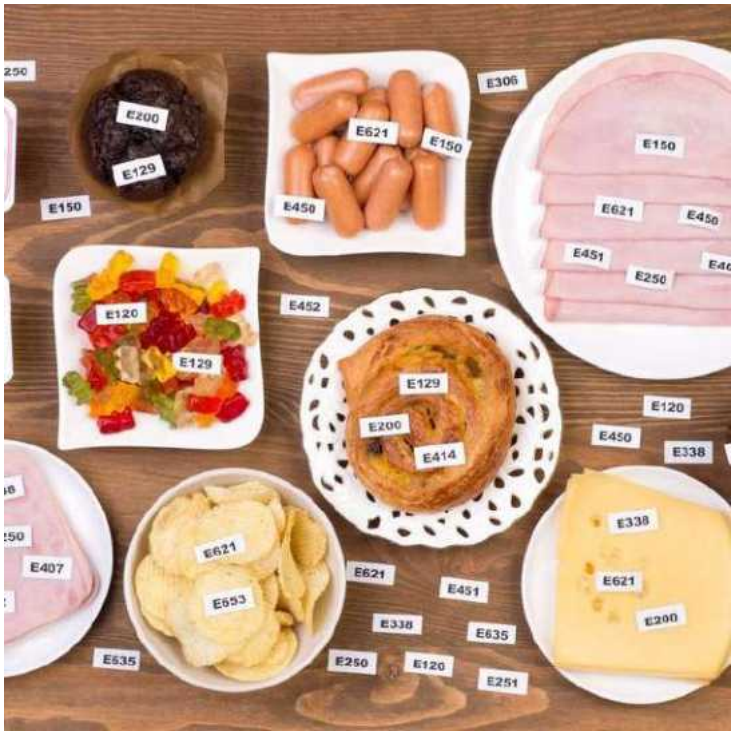
www.sudouest.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **10010000**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **693**

Visualiser l'article

Aliments transformés : les conservateurs associés à un risque accru de cancer et de diabète de type 2



photka/Shutterstock.com © Crédit photo : destinationsante.com

Les conservateurs appartiennent à la famille des additifs alimentaires. Ils sont largement utilisés dans les aliments et les boissons transformés selon des techniques industrielles pour prolonger leur durée de vie. Ils seraient en effet présents dans plus de 700 000 des quelque trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World de 2024. Deux études distinctes, menées par des chercheurs français de l'Inserm, l'INRAE, l'université Sorbonne Paris Nord et l'université Paris Cité et du Cnam, mettent en lumière le lien entre ces conservateurs et les risques de cancer et de diabète de type 2. Ces travaux ont été publiés dans les revues The BMJ et Nature Communication.

Plus de 100 000 Français suivis entre 2009 et 2023

Pour parvenir à ces résultats, les scientifiques réunis au sein de l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle ont regroupé les additifs en deux catégories. D'un côté les conservateurs non-antioxydants (qui inhibent la croissance microbienne ou ralentissent les changements chimiques conduisant à la détérioration des aliments), de l'autre les antioxydants (qui retardent ou empêchent la détérioration des aliments en éliminant ou en limitant les niveaux d'oxygène dans les emballages). On les retrouve sur les emballages avec les codes européens compris entre E200 et E299 pour les premiers et entre E300 et E399 pour les antioxydants.

Les liens entre ces substances et le risque de cancer d'une part, et le risque de diabète de type 2 d'autre part, ont été analysés via, notamment, les données des 100 000 Français participant à l'étude NutriNet-Santé. Entre 2009 et 2023, ces adultes ont communiqué leurs antécédents médicaux, données sociodémographiques, habitudes en

0Wi-QM2l4NkTrnQ_OpOWy3Fz3xJZ_Xn57Ka55DbxOqclwph52YZBaCaJt3Yepb8zaaou14hPHBiKziMG9dufx-dQUF_LMEzrjWkXJbuL7CqwODcx

322825 - CISION 374257454

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

matière d'activité physique, ainsi que des informations sur leur mode de vie et leur état de santé. Ils ont aussi renseigné régulièrement leurs consommations alimentaires sur plusieurs périodes de 24 heures, précisant les noms et marques des produits industriels consommés. Combinant ces informations avec plusieurs bases de données concernant les aliments et boissons transformés, les chercheurs ont pu évaluer le niveau d'exposition des participants aux additifs alimentaires, dont les conservateurs. Ont également été pris en compte les facteurs de risque (mode de vie, tabac, alcool, alimentation...) susceptibles de biaiser les résultats.

Au cours de la période de suivi, 4 226 participants ont reçu un diagnostic de cancer, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate, 352 cancers colorectaux et 2 158 autres cancers. « La consommation totale de conservateurs non-antioxydants était associée à une incidence accrue de cancer au global et de cancer du sein spécifiquement », précise l'Inserm dans un communiqué.

Une altération des voies immunitaires et inflammatoires ?

Seuls quatre conservateurs étaient individuellement associés au cancer. Mais une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs, des non-antioxydants principalement, était associée à un risque plus important de cancer par rapport à une faible consommation (les sorbates, les sulfites et les acétates notamment). Du côté des conservateurs antioxydants, les érythorbates seuls étaient mis en cause. « Bien que d'autres travaux soient nécessaires pour mieux comprendre ces risques, les chercheurs notent que plusieurs études expérimentales ont observé que certains de ces composés peuvent altérer les voies immunitaires et inflammatoires, ce qui pourrait déclencher le développement d'un cancer », note l'Inserm dans un communiqué.

Concernant le diabète de type 2, 1 131 participants ont été diagnostiqués sur la période de suivi. « Des consommations plus élevées d'additifs conservateurs au global, de conservateurs non-antioxydants et d'additifs antioxydants étaient associées à une incidence accrue de diabète de type 2, respectivement de 47 %, 49 % et 40 %, comparé aux plus faibles niveaux de consommation », ajoute l'Inserm. Sur les 17 conservateurs étudiés individuellement, 12 étaient associés à un risque accru de diabète de type 2.

« Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés, explique Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm, coordinatrice de ces travaux. Ces travaux justifient une fois de plus les recommandations du Programme national Nutrition santé faites aux consommateurs de privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus. »

0Wi-QM2l4NkTrnQ_OpOWy3Fz3xJZ_Xn57Ka55DbxOqclwph52YZBaCaJt3Yepb8zaaou14hPHBiKziMG9dufx-dQUF_LMEzrjWkXJbuL7CqwODcx

322825 - CISION 374257454

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

www.60millions-mag.com

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **600014**
Sujet du média : **Lifestyle**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **511**

Visualiser l'article

Dans les gâteaux ou le jambon, ces conservateurs augmentent le risque de cancer et de diabète

Des conservateurs omniprésents dans l'alimentation industrielle multiplieraient les cancers et le diabète, montre une étude de l'Inserm ce 8 janvier.

Getty Images/Peter Cade

Qui prend garde au sorbate de potassium présent dans les Napolitain de Lu ou au nitrite de sodium du jambon à l'étouffée Le Bon Paris de Herta ? Peu d'entre nous. Pourtant, ces conservateurs, parmi une dizaine d'autres utilisés pour prolonger la durée de vie des produits industriels, sont cités dans deux études solides, menées pendant 9 ans auprès des 100 000 Français de la cohorte NutriNet-Santé, et révélées ce 8 janvier 2026.

Le résultat est sans appel : *« On observe des associations statistiquement significatives entre plusieurs conservateurs et un risque accru de cancer et de diabète de type 2 »,* explique Mathilde Touvier, directrice de l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle Cress-Eren à l'Inserm qui a dirigé ces études. Les conservateurs les plus à risque ? *« Les nitrites, les sulfites et les sorbates notamment, pour lesquels nous retrouvons des risques associés pour les deux types de pathologies à la fois »,* précise la scientifique.

Augmentation de 32 % du cancer de la prostate et + 20 % du cancer du sein

Le risque de cancer de la prostate augmente de 32 %, celui du sein de 20 %

La spécificité de ces études est qu'elles reposent sur l'analyse du régime alimentaire des répondants. Ils devaient préciser les noms et marques des produits consommés. Les chercheurs ont ainsi pu identifier et quantifier précisément les conservateurs ingérés. Afin d'obtenir les résultats les plus fiables possibles, ils ont exclu les biais éventuels : activité physique, antécédents familiaux, qualité nutritionnelle de leur régime alimentaire (calories, sucre, sel, graisses saturées, fibre...).

« Nous avons pu identifier que les consommations plus élevées de conservateurs étaient associées à une

322825 - CISION 374257459

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

augmentation de 47 % de l'incidence de diabète de type 2, comparé aux plus faibles niveaux de consommation », souligne Mathilde Touvier. La quantité de conservateurs avalée compte donc. Leur nature aussi. Le nitrite de sodium (E250) est associé à une augmentation de 32 % du risque de cancer de la prostate. Le nitrate de potassium (E252), les sorbates (sorbate de potassium notamment, E202) et les acétates de sodium (E262) sont tous associés à une augmentation du risque de cancer du sein de plus de 20 %.

Interdire certaines substances : une mesure bénéfique ?

Dès lors, que faire ? Contrairement à la notion d'ultratransformation qui n'apparaît pas sur les emballages , les conservateurs doivent être mentionnés dans la liste des ingrédients. En lisant les étiquettes, il est donc possible de choisir les produits qui en sont dépourvus. Autre manière de les éviter : revenir autant que possible au fait maison à partir d'ingrédients bruts, frais ou congelés.

« Nous souhaitons que ces travaux soient pris en compte par les instances en charge de la sécurité des aliments pour réévaluer les doses autorisées, et interdire certaines substances afin que le consommateur n'ait pas à porter le poids de l'enquête à faire sur les étiquetages », insiste la chercheuse. Souhaitons qu'en la matière, le législateur ne soit pas trop conservateur !

322825 - CISION 374257459

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

20minutes

www.20minutes.fr

Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**
Audience : **15470000**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **773**

Visualiser l'article

Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires

Etudes • Deux études françaises de l'Inserm publiées ce jeudi montrent que certains conservateurs alimentaires (sulfites, nitrites, sorbates) sont associés à un risque accru de cancers et de diabète

Selon ces nouvelles études, es aliments transformés, notamment par certains conservateurs, représentent un risque pour la santé. - SYSPEO/SIPA

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète . « Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits », estime auprès de l'AFP Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études.

322825 - CISION 374257175

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

« Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché , de privilégier les aliments les moins transformés », ajoute l'épidémiologiste. Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées ce jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications , doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

Une étude historique pour la santé publique

« Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons », conclut l'étude publiée dans Nature Communications , qui se concentre sur le risque de diabète. Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

Video:
https://www.20minutes.fr/sante/4194936-20260108-cancers-diabete-soupcons-sanitaires-accentuent-plusieurs-conservateurs-alimentaires

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur. Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100.000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés. Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Des risques associés aux conservateurs

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation. Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct

322825 - CISION 374257175

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés. Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ . Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

Qui plus est, rappellent-ils, « les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation [...] pour les plus modestes ». Mais l'emploi de ces additifs est « très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains », notent ces chercheurs. L'étude de l' Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, « des limites plus strictes quant à leur usage ».

322825 - CISION 374257175

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Midi Libre

www.midilibre.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **7670362**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **856**

Visualiser l'article

Une vingtaine de conservateurs dangereux dans notre alimentation : l'alerte de chercheurs français sur les produits transformés

Vidéo:
http://www.midilibre.fr/2026/01/08/une-vingtaine-de-conservateurs-dangereux-dans-notre-alimentation-lalerte-de-chercheurs-francais-sur-les-produits-transformes-13149832.php

Ce 8 janvier 2026, deux études menées par des chercheurs de l'Inserm posent que le risque de diabète et de certains cancers augmente à cause d'une vingtaine de conservateurs présents dans notre alimentation. Les chercheurs espèrent que ces résultats, solides, provoquent un éveil des consciences et une évolution des normes.

En quelques mots

• Publiées ce jeudi, deux études établissent un lien entre la consommation de conservateurs (nitrites, sulfites, sorbates) et une hausse du risque de cancers et de diabète.

• Le nitrite de sodium (E250) est associé à un risque accru de cancer de la prostate, et le sorbate de potassium (E202) à un doublement du risque de diabète.

• Les chercheurs de l'Inserm recommandent un encadrement plus strict de ces additifs, largement présents dans les produits ultratransformés.

Une nouvelle preuve des effets délétères des aliments transformés sur la santé. Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les produits industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises publiées ce jeudi montrent qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

De quels risques parle-t-on ?

Les conclusions d'une équipe de l'Inserm ont été publiées jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications. Les chercheurs posent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct

0qhjBAOKBABM5s0dNC6xnmxGV5UgpyeG-UEMIFhb_oc8hUgFRHOJIp8Jg-lGgshiX6Xiwi5qpkcld2DjEhjqivcqgnZ1GlofhCefOCwifnzMZDFm

322825 - CISION 374257077

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ. Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

Qui plus est, rappellent-ils, *"les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation [...] pour les plus modestes"*.

Mais l'emploi de ces additifs est *"très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains",* notent ces chercheurs. L'étude de l'Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, *"des limites plus strictes quant à leur usage".*

Vers une évolution de la réglementation ?

"Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits", estime auprès de *l'AFP* Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. *"Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés."*

Les conclusions de ces études, réalisées par une équipe de l'Inserm et publiées jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

Aussi, *"ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons",* conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

0qhjBAOKBABM5s0dNC6xnmxGV5UgpyeG-UEMIFhb_oc8hUgFRHOJIp8Jg-IGgshiX6Xiwi5qpkcld2DjEhjqivcqgnZ1GlofhCefOCwifnzMZDFm

322825 - CISION 374257077

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

www.santemagazine.fr

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **4674698**
Sujet du média : **Médecine**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Johanna Amselem**
Nombre de mots : **914**

Visualiser l'article

Acide ascorbique, extraits de romarin et nitrites : des conservateurs alimentaires augmentent le risque de cancer et de diabète de type 2

© carotur/Getty Images

Dans sa dernière recherche, l'Inserm a identifié un lien entre les conservateurs et l'apparition de cancer et de diabète de type 2. Ce qu'il faut retenir.

Une nouvelle étude vient confirmer la dangerosité des conservateurs. Selon les conclusions d'une recherche menée par des chercheurs et chercheuses de l'Inserm, d'INRAE, de l'Université Sorbonne Paris Nord, de l'Université Paris Cité et du Cnam, au sein de l'Équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Cress-Eren), une consommation plus élevée d'additifs alimentaires conservateurs a été associée à **une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.** Ces produits sont largement utilisés dans les aliments et les boissons transformés industriellement afin de prolonger leur durée de conservation. Les concluions ont été publiées dans The BMJ et dans la revue Nature Communications.

Cette étude a été menée grâce aux données de santé de 100 000 adultes participants à l'étude de cohorte NutriNet-Santé. Au quotidien, les conservateurs sont omniprésents dans notre alimentation. De la famille des additifs alimentaires , **ils figurent dans la composition de plus de 700 000 aliments** parmi les trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024.

Des liens confirmés

Dans le cadre de cette recherche, **ils ont été regroupés en deux catégories** : les non-antioxydants (qui inhibent la croissance microbienne ou ralentissent les changements chimiques conduisant à la détérioration des aliments) et les antioxydants (qui retardent ou empêchent la détérioration des aliments en éliminant ou en limitant les

322825 - CISION 374256895

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

niveaux d'oxygène dans les emballages). Les premiers sont souvent signalés par des codes compris entre E200 et E299 et les deuxièmes entre E300 et E399.

De précédentes études ont constaté que les conservateurs pouvaient altérer les cellules et l'ADN. Cette récente étude s'est intéressée aux liens entre ces additifs et le risque de cancer et de diabète de type 2 . Pour cela, l'équipe de Mathilde Touvier a examiné les liens entre l'exposition à ces conservateurs et le risque de cancer et de diabète de type 2.

Nitrite de sodium et sorbate de potassium

D'après l'étude publiée dans le BMJ, **une consommation plus élevée de conservateurs alimentaires est associée à un risque accru de cancer.** Dans le détail, 4 226 participants (sur les 105 260 participants de cette étude) ont reçu un diagnostic de cancer, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate, 352 cancers colorectaux et 2 158 autres cancers. « La consommation totale de conservateurs non-antioxydants était associée à une incidence accrue de cancer au global et de cancer du sein spécifiquement », note l'étude.

Précisément, les chercheurs ont constaté qu'une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs (principalement des conservateurs non antioxydants) était associée à un risque plus élevé de cancer par rapport aux plus faibles consommations. « Les sorbates, en particulier **le sorbate de potassium** , étaient associés à une augmentation de 14 % du risque global de cancer et à une augmentation de 26 % du risque de cancer du sein », « les sulfites étaient associés à une augmentation de 12 % du risque global de cancer. En particulier, le métabisulfite de potassium était associé à une incidence accrue de 11 % de cancer au global et 20 % de cancer du sein ».

Autre conservateur pointé du doigt : **le nitrite de sodium** . Ce dernier était associé à une augmentation de « 32 % du risque de cancer de la prostate , tandis que le nitrate de potassium était associé à une augmentation du risque de cancer en général (13 %) et de cancer du sein (22 %) ». Autre point de vigilance avec les acétates dont la consommation était associée à « une augmentation du risque de cancer en général (15 %) et de cancer du sein (25 %), tandis que l'acide acétique était associé à une augmentation de 12 % du risque de cancer en général ».

Parmi les conservateurs antioxydants, seuls les érythorbates totaux et l'érythorbate de sodium spécifique se sont avérés associés à une incidence plus élevée de cancer au global (12 %) et du sein (21 %).

Qu'en est-il du lien avec l'apparition de diabète de type 2 ?

Une étude publiée dans Nature communications pointe également **un lien entre une consommation plus élevée de conservateurs alimentaires et un risque augmenté de diabète de type 2.** « Des consommations plus élevées d'additifs conservateurs au global, de conservateurs non-antioxydants et d'additifs antioxydants étaient associées à une incidence accrue de diabète de type 2, respectivement de 47 %, 49 % et 40 %, comparé aux plus faibles niveaux de consommation », rapportent les auteurs.

Dans le détail, sur les 17 conservateurs étudiés individuellement, **une consommation plus élevée de 12 d'entre eux** était associée à un risque accru de diabète de type 2. Parmi eux, l'Inserm liste « des conservateurs

322825 - CISION 374256895
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

alimentaires non antioxydants largement utilisés - sorbate de potassium (E202), métabisulfite de potassium (E224), nitrite de sodium (E250), acide acétique (E260), acétates de sodium (E262) et propionate de calcium (E282) - et des additifs antioxydants : ascorbate de sodium (E301), alpha-tocophérol (E307), érythorbate de sodium (E316), acide citrique (E330), acide phosphorique (E338) et extraits de romarin (E392) ».

« Il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2. Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, **ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés** », explique Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm, coordinatrice de ces travaux. Une nouvelle bonne raison de privilégier les aliments bruts et de limiter au maximum les aliments transformés.

322825 - CISION 374256895

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Le Télégramme

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **3525198**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **781**

www.letelegramme.fr

Visualiser l'article

Cancers, diabète... Quels sont les conservateurs alimentaires pointés du doigt par deux études françaises ?

« Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés, » précise Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. (Photo d'illustration FRANÇOIS DESTOC/LE TÉLÉGRAMME)

Nitrites, sulfites, sorbates... Deux études françaises pointent un lien entre certains conservateurs alimentaires et un risque accru de cancers et de diabète.

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

« Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits », estime auprès de l'AFP Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. « Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés. »

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

« Dans une large gamme d'aliments et de boissons »

322825 - CISION 374256846

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

0meEphjDWYSy1J6lHkno3Zji1CWeox31f6El74zJS6_I15XZWZVs9fYsqdyAlmdzWwG6dvd5Lp2B_IN_7GTB50CwaLBqcpnenZ4QGFUaP3EZGEz

« Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons », conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100 000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Des risques « mal évalués »

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

Pour « des limites plus strictes quant à leur usage »

Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ. Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

0meEphjDWYSy1J6IHkno3Zji1CWeox31f6El74zJS6_I15XZWZVs9fYsqdyAlmdzWwG6dvd5Lp2B_IN_7GTB50CwaLBqcpnenZ4QGFUaP3EZGEz

322825 - CISION 374256846

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Qui plus est, rappellent-ils, « les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation (...) pour les plus modestes ». Mais l'emploi de ces additifs est « très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains », notent ces chercheurs. L'étude de l'Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, « des limites plus strictes quant à leur usage ».

0meEphjDWYSy1J6IHkno3Zji1CWeox31f6EI74zJS6_I15XZWZVs9fYsqdyAlmdzWwG6dvd5Lp2B_IN_7GTB50CwaLBqcpnenZ4QGFUaP3EZGEz

322825 - CISION 374256846

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

LA VOIX DU NORD

www.lavoixdunord.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **4270903**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **760**

Visualiser l'article

Alimentation : le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs, montrent deux études d'envergure

vidéo:
http://www.lavoixdunord.fr/1662912/article/2026-01-08/alimentation-le-risque-de-cancer-et-de-diabete-augmente-avec-certains

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

La consommation de certains conservateurs, très présents dans l'alimentation, est associée à une fréquence légèrement plus importante de cancers et de diabètes, montrent deux études françaises de grande ampleur, publiées jeudi.

«*Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits*», estime Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. «*Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés.*»

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

«Omniprésence des conservateurs»

«*Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons*», conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

0OtLcWi5LZpZBPZCIhkCSc4buXTrf-Bt8QOwCs-KeD5WSR1fhzpkQ-1Dj4SP89TWZc2inYpFvZDbGumvUnrjz9bP1NUtjfbWUz-fyEchhIYYThi

322825 - CISION 374256318

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100 000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Sorbates, les sulfites et les nitrites

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

«Les limites plus strictes» demandées

Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ. Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

Qui plus est, rappellent-ils, «*les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation* (...) *pour les plus modestes*».

Mais l'emploi de ces additifs est «*très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains*», notent ces chercheurs. L'étude de l'Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, «*des limites plus strictes quant à leur usage*».

0OtLcWi5LZpZBPZClhkCSc4buXTrf-Bt8QOwCs-KeD5WSR1fhzpkQ-1Dj4SP89TWZc2inYpFvZDbGumvUnrjz9bP1NUtjfbWUz-fyEchhIYYThi

322825 - CISION 374256318

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

MEDIAPART

www.mediapart.fr

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **2966000**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Lise Barnéoud**
Nombre de mots : **1128**

Visualiser l'article

Santé alimentaire : deux études d'ampleur décortiquent les risques associés aux conservateurs

Pour la première fois, plusieurs conservateurs ont été associés à une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2 chez l'humain. Les chercheurs appellent à une réévaluation de ces agents chimiques, largement utilisés par l'industrie agroalimentaire.

S orbate Sorbate de potassium (E202), nitrite de sodium (E250), acide acétique (E260), métabisulfite de potassium (E224), propionate de calcium (E282), ascorbate de sodium (E301), acide phosphorique (E338)... Ces noms abscons et leur code associé ne vous disent probablement rien.

Pourtant, ces substances chimiques se trouvent dans bon nombre d'aliments que nous ingérons quotidiennement. Or, des chercheuses et chercheurs français viennent de démontrer, dans deux études publiées mercredi 7 et jeudi 8 janvier , qu'ils augmentent de manière significative notre risque de développer un diabète de type 2 ou un cancer.

Un supermarché à Viry-Châtillon (Essonne), en octobre 2024. © Photo Seba / Sipa

Ces composés chimiques sont des conservateurs. Utilisés dans toutes sortes d'aliments et de boissons, environ 80 sont actuellement recensés, que l'on peut classer en deux groupes : les antioxydants (noms de code compris entre E300 et E399), qui, comme leur nom l'indique, limitent l'oxydation des aliments, et les non-antioxydants (noms de code compris entre E200 et E299), qui visent à limiter le développement microbien. En définitive, l'objectif est le même : allonger la durée de vie ou conserver le goût, la couleur ou l'odeur des produits.

322825 - CISION 374256185

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Consommation chronique

S'ils ont été autorisés en Europe, c'est parce que des études in vitro ou in vivo chez l'animal ne montraient pas d'atteinte sur le matériel génétique des cellules aux doses utilisées. « Mais il n'y avait encore aucune étude sur d'éventuels effets chroniques à long terme » , pointe Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) et coordinatrice de ces travaux. Alors même que des publications remontant à 2010 mettaient déjà en évidence des effets métaboliques de certains conservateurs, perturbant notamment la sécrétion d'insuline et le microbiote .

Cette fois, une équipe d'une vingtaine de chercheuses et chercheurs s'est penchée sur l'impact d'une consommation chronique durant plusieurs années de conservateurs sur deux types de maladie : le diabète de type 2 et les cancers.

Statistiquement, les personnes les plus exposées à ces produits sont plus jeunes, font moins de sport et sont plus souvent fumeuses que les autres.

Pour ce faire, ils se sont appuyés sur la cohorte française NutriNet Santé , qui regroupe aujourd'hui plus de 182 000 volontaires. Ces « nutrinautes » doivent renseigner sur au moins deux périodes de vingt-quatre heures le détail de toutes leurs consommations alimentaires, incluant les quantités, les noms et, le cas échéant, les marques des produits consommés. Et chaque année, ils doivent répondre à un questionnaire relatif à leur mode de vie, leur niveau d'activité physique, leur santé, etc.

Première leçon : quasiment l'ensemble des participant·es a été exposé à au moins un conservateur. En revanche, les niveaux d'exposition variaient beaucoup, si bien que trois groupes ont été constitués, du très faible au grand consommateur.

Autres découvertes : sur les 80 conservateurs recensés, seuls 17 étaient consommés par au moins 10 % des volontaires. Les études se sont donc focalisées sur ce groupe plus restreint d'agents chimiques.

Cancers du sein et de la prostate

Statistiquement, les personnes les plus exposées à ces produits sont plus jeunes, font moins de sport et sont plus souvent fumeuses que les autres. Elles consomment aussi plus de sucre et plus de viande. En revanche, elles boivent moins d'alcool et ont moins d'antécédents familiaux de maladies, du fait de leur âge notamment. Autant de facteurs qui peuvent influencer la survenue de maladies, mais qui, précise Mathilde Touvier, « ont été pris en compte dans [les] études statistiques » : « Nous avons ajusté nos analyses pour corriger ces biais. »

En moyenne, les participant·es ont été suivi·es entre sept et huit ans, entre 2009 et 2023. Durant ce laps de temps, 4 226 d'entre eux et elles ont reçu un diagnostic de cancer (essentiellement cancers du sein et de la prostate), tandis que 1 131 nouveaux cas de diabète de type 2 ont été identifiés. Le résultat évidemment le plus marquant, c'est que dans les deux cas, des associations significatives ont été trouvées entre la consommation de conservateurs et le risque de survenue de ces maladies.

322825 - CISION 374256185
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Ces nouvelles données s'ajoutent à d'autres en faveur d'une réévaluation des réglementations [...] afin d'améliorer la protection des consommateurs.

Anaïs Hasenböhler, chercheuse en épidémiologie nutritionnelle à l'Inserm

Dans le détail, on s'aperçoit qu'il s'agit le plus souvent des conservateurs non antioxydants. Ainsi, les sorbates, en particulier le sorbate de potassium, étaient associés à une augmentation de 14 % du risque global de cancer et à une augmentation de 26 % du risque de cancer du sein chez le groupe le plus exposé par rapport au moins exposé. De même, les acétates étaient associés à une augmentation de 15 % du risque de cancer en général et de 25 % du risque de cancer du sein en particulier.

En ce qui concerne le diabète de type 2, sur les dix-sept conservateurs étudiés, douze d'entre eux montrent une corrélation statistiquement significative avec la survenue de cette maladie. Les conservateurs non antioxydants étaient associés en moyenne à une augmentation de risque de 49 % et les antioxydants de 40 %, comparativement aux plus faibles niveaux de consommation.

« Ces chiffres sont encore à prendre avec des pincettes, d'autres études doivent les consolider. Mais ce qu'on peut dire avec fermeté, c'est qu'il y a des associations significatives entre l'exposition à certains conservateurs et le risque de cancer et de diabète de type 2 » , insiste Mathilde Touvier.

29 novembre 2025

Certaines de ces associations suivent des effets linéaires : plus on est exposé, plus on a de risque. Alors que d'autres non. « Cela pourrait s'expliquer par des effets plateaux » , soulignent les chercheurs dans leur article : l'incidence augmente avec l'exposition jusqu'à un certain seuil à partir duquel, même si l'apport augmente, l'incidence ne varie plus.

« Ces nouvelles données s'ajoutent à d'autres en faveur d'une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs par l'industrie alimentaire afin d'améliorer la protection des consommateurs » , rappelle Anaïs Hasenböhler, doctorante au sein de l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Eren) à l'Inserm, qui a réalisé ces études.

En attendant ces hypothétiques réévaluations, une des manières de réduire son exposition consiste à privilégier les aliments pas ou peu transformés. En effet, les aliments dits ultratransformés représentaient ici 35 % des apports de conservateurs.

Les scientifiques soulignent toutefois que ce genre de recommandation individuelle ne peut être suffisant : « Des actions politiques doivent être mises en oeuvre en parallèle pour transformer en profondeur la chaîne alimentaire et réduire l'exposition. »

322825 - CISION 374256185
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

www.sudouest.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **10010000**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **438**

Visualiser l'article

Alimentation : le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs, selon deux études françaises

Le nitrite de sodium (E250) est par exemple utilisé comme conservateur dans diverses préparations de viandes transformées, en particulier dans les charcuteries. © Crédit photo : Illustration Thierry David/ « SUD OUEST »

Deux études de grande ampleur françaises publiées ce jeudi mettent en évidence un lien entre la consommation de certains consommateurs et un risque accru de développer cancers et diabète de type 2

La consommation de certains conservateurs, très présents dans l'alimentation, est associée à une fréquence légèrement plus importante de cancers et de diabètes, montrent deux études françaises de grande ampleur, publiées jeudi.

Il existe « de multiples associations entre des conservateurs largement utilisés dans des aliments et des boissons industriels sur le marché européen [...] et une incidence plus élevée de cancers », notamment du sein et de la prostate, selon la première de ces études, publiée dans la revue BMJ.

La seconde, réalisée par la même équipe de l'Inserm et publiée dans la revue Nature Communications, conclut à des « associations entre une plus grande incidence de diabète de type 2, et une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs très employés ».

Ces deux études ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces pathologies et la consommation des additifs concernés, mais elles apportent des indices importants en ce sens, par leur méthodologie robuste. Les chercheurs, emmenés par l'épidémiologiste Mathilde Touvier, se sont appuyés sur l'étude d'une large cohorte de Français -plus de 100 000 personnes-, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Sorbates, sulfites et nitrites

0KyyPDsNCC5l9OHLsDOMDFtJdGiODDbG1fFNjQbxGJCT4MdoFC9caANxZQNdG0Xq-na1iXfxihU3FgYrTEd3PB9PngDZBE5dDQrsYyiXa7UcNDg1

322825 - CISION 374255691

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs - mais représente, au niveau collectif, un nombre élevé de malades supplémentaires vu la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

L'ensemble de ces résultats plaide pour des politiques de santé publique qui promeuvent des produits « limitant l'usage de conservateurs et d'additifs superflus », jugent les chercheurs, dans un contexte où les effets négatifs des aliments ultratransformés sont de mieux en mieux documentés.

0KyyPDsNCC5I9OHLsDOMDFtJdGiODDbG1iFNjQbxGJCT4MdoFC9caANxZQNdG0Xq-na1iXfxihU3FgYrTEd3PB9PngDZBE5dDQrsYyiXa7UcNDg1

322825 - CISION 374255691

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

www.topsante.com

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **3955819**
Sujet du média : **Médecine**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Catherine Cordonnier**
Nombre de mots : **613**

Visualiser l'article

Si vous avez l'habitude d'acheter ces aliments au supermarché, ces deux études françaises devraient vous faire changer d'avis : ils sont impliqués dans le diabète et le cancer

Deux études de l'Inserm pointent du doigt les effets néfastes des conservateurs alimentaires présents dans de nombreux produits alimentaires. Avec un risque accru de cancer et de diabète de type 2.

Si vous n'avez pas encore le réflexe de lire les étiquettes des produits transformés que vous achetez au supermarché, ces deux nouvelles études françaises devraient finir par vous convaincre de le faire. Ces deux études distinctes, publiées cette semaine dans le British medical journal et dans Nature communications, montrent en effet que la consommation de certains conservateurs alimentaires est associée à un risque plus élevé de deux maladies qui peuvent se révéler mortelles : le diabète de type 2 et le cancer.

Les conservateurs alimentaires forment une sous-famille d'additifs ajoutés pour freiner la croissance microbienne ou l'oxydation et prolonger la vie des produits. Sur les emballages, ils se repèrent par les codes E200 à E299 pour les conservateurs et E300 à E399 pour les additifs antioxydants.

Deux études menées sur plus de 100 000 personnes

Menées par l'Inserm, l'INRAE et plusieurs universités, les deux études ont porté sur plus de 100 000 adultes de la cohorte NutriNet-Santé. Entre 2009 et 2023, ces volontaires ont renseigné leurs données de santé et les aliments consommés, en indiquant bien les marques, afin que les chercheurs puissent identifier les éventuels additifs. Ces données ont permis d'identifier 58 conservateurs, dont 17 fréquemment consommés.

Pour le cancer, l'étude a recensé **4226 diagnostics, dont 1208 cancers du sein et 508 de la prostate**. Une

322825 - CISION 374255318

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

consommation plus élevée de deux conservateurs apparaît liée à une incidence accrue de cancer : le sorbate de potassium est associé à une hausse de 14 % du risque global et de 26 % du cancer du sein, tandis que le nitrite de sodium augmente de 32 % le risque de cancer de la prostate.

Dans l'étude dédiée au diabète de type 2, 1131 cas ont été enregistrés. Par rapport aux plus faibles consommateurs, les plus exposés présentent un risque accru de 47 % pour l'ensemble des conservateurs, de 49 % pour les non antioxydants et de 40 % pour les antioxydants. Douze conservateurs sur les 17 étudiés ont été associés à un risque accru de diabète : sorbate de potassium (E202), métabisulfite de potassium (E224), nitrite de sodium (E250), acide acétique (E260), acétates de sodium (E262) et propionate de calcium (E282), ascorbate de sodium (E301), alpha-tocophérol (E307), érythorbate de sodium (E316), acide citrique (E330), acide phosphorique (E338) et extraits de romarin (E392)

Privilégier les aliments frais et peu transformés

"Il s'agit des **deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2.** Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés", explique Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm, coordinatrice de ces travaux.

"Plus largement, ces nouvelles données s'ajoutent à d'autres en faveur d'une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs alimentaires par l'industrie alimentaire afin d'améliorer la protection des consommateurs", ajoute Anaïs Hasenböhler, doctorante à l'Eren qui a réalisé ces études.

"Ces travaux justifient une fois de plus les recommandations du Programme national Nutrition santé faites aux consommateurs de privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus", conclut Mathilde Touvier.

Sources : *Intake of food additive preservatives and incidence of cancer: results from the NutriNet-Santé prospective cohort*, The British medical journal, janvier 2026

Associations between preservative food additives and type 2 diabetes incidence in the NutriNet-Santé prospective cohort, Nature communications, janvier 2026

322825 - CISION 374255318

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

ouest france

www.ouest-france.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **21066016**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Philippe RICHARD.**
Nombre de mots : **504**

Visualiser l'article

Alimentation : des conservateurs associés à un risque accru de cancer et de diabète

Deux nouvelles études françaises associent la consommation chronique de conservateurs alimentaires à un risque accru de cancer et de diabète. Les conservateurs sont, cependant, utiles.

Deux nouvelles études, menées par l'équipe de Mathilde Touvier, chercheuse en épidémiologie nutritionnelle à l'Inserm, associent la consommation régulière de conservateurs alimentaires à un risque accru de cancer et de diabète de type 2. Ces études sont publiées ce jeudi matin dans les revues de référence BMJ et Nature Communications.

Sur dix-sept conservateurs étudiés, six sont associés à un surrisque de cancer. Les sorbates (yaourts aux fruits, sauces, boissons, beurres allégés...), sont, par exemple, associés à un surrisque de cancer global de 14 %, et de 26 % pour le cancer du sein.

Le nitrite de sodium (charcuterie) est associé à un surrisque de 32 % du cancer de la prostate. Douze des conservateurs sont, par ailleurs, associés à un surrisque de diabète de type 2, y compris l'acide citrique ou... les extraits de romarin.

Exposition chronique

Ces surrisques s'appliquent aux gros consommateurs. Mais qu'est-ce qu'un gros consommateur ? « Pour les nitrites, ce pourrait être quelqu'un qui mangerait une boîte de six nuggets par jour. Pour l'acide phosphorique, ce serait une canette de soda light et une galette tortilla de maïs par jour, illustre Mathilde Touvier. Pas des consommations aberrantes, mais c'est l'exposition chronique qui compte. »

Après avoir mis en évidence les effets néfastes des aliments industriels en général et des émulsifiants en particulier, les recherches s'affinent, famille d'additif par famille d'additif. Pour obtenir ces résultats, les chercheurs se sont basés sur les données communiquées par plus de 100 000 adultes de la cohorte Nutrinet-Santé, qui remplissent régulièrement des questionnaires détaillés sur leur alimentation. Jusqu'à préciser les marques des produits. « C'est important parce que pour un même aliment générique, les compositions peuvent être très différentes », indique la chercheuse.

D'autres études à venir

Si les émulsifiants ou les colorants sont avant tout cosmétiques, le cas des conservateurs est plus délicat, ceux-ci empêchant effectivement le développement de bactéries nocives. « Ces résultats encouragent la prise en compte du bénéfice risque dans la réévaluation réglementaire de ces additifs » espère-t-elle.

Deux autres études sur l'impact des conservateurs sur l'hypertension et les maladies cardiovasculaires doivent prochainement sortir. Et ce ne sont pas forcément les mêmes conservateurs qui posent le plus problème...

Les résultats de ces études doivent être confirmés, mais, « ils concordent avec les données expérimentales (sur cellules ou animaux) suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés », note la chercheuse.

De premières études sur l'effet des colorants sur les maladies cardiovasculaires sont en cours. « On constate qu'il

03fntQQpL-_b6ssbRXu716a9Z4RPZXQRQoExK2sLhXazCdmi9kovEsUI4P34p4DxZVYb40L9KamWhyaLn_dmxfTPNCF2Arw_utn65UFFHtAYTYx

322825 - CISION 374254922

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

n'y a pas de dichotomie entre les colorants synthétiques et naturels. Ce n'est pas parce qu'un produit est présenté comme naturel qu'il est bon pour la santé ».

Les conservateurs sont présents dans un cinquième des aliments et dans quasiment tous les aliments industriels.

Mathieu Pattier / Ouest France

03fntQQpL-_b6ssbRXu716a9Z4RPZXQRQoExK2sLhXazCdmil9kovEsUl4P34p4DxZVYb40L9KamWhyaLn_dmxTPNCF2Arw_utn65UFFHtAYTYx

322825 - CISION 374254922
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

L'OBS

www.nouvelobs.com

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **2870775**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales, Economie - Services**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Lou Thomas**
Nombre de mots : **1141**

Visualiser l'article

Additifs alimentaires : une consommation plus élevée de certains conservateurs associée à un risque accru de cancer et de diabète

Deux études françaises inédites pointent le rôle sur la santé des additifs conservateurs autorisés sur le marché, omniprésents dans notre alimentation.

C'est un hasard du calendrie : deux études de l'Inserm sur l'effet des conservateurs viennent d'être publiées au même moment. L'une illustre le risque accru de cancer associé à la consommation de ces additifs et l'autre montre son rôle dans la survenue du diabète de type 2. Un doublé scientifique réalisé grâce à la cohorte Nutrinet-Santé.

Lancée en 2009, l'étude regroupe aujourd'hui plus de 182 000 personnes dont l'alimentation est suivie de près. « Boissons, confiseries, marque et nom commercial des aliments, taille des portions, bio ou non, activité physique, de quel type, pour quelle durée... Tous ces détails nous permettent d'établir le profil des participants et de déceler leurs habitudes de consommation sur plusieurs années », explique Mathilde Touvier, directrice de recherche épidémiologie nutritionnelle à l'Inserm. C'est par exemple grâce à Nutrinet-Santé qu'a pu être mis en place le Nutri-Score sur les produits de supermarché. Ou encore que l'aspartame et les nitrites ont pu être classés comme respectivement cancérigènes possibles et cancérigènes.

99,7 % des individus consomment des additifs

Cette fois, ce sont les additifs conservateurs qui ont été minutieusement étudiés. Nombre d'entre eux sont aujourd'hui autorisés sur le marché en France, en Europe mais aussi aux Etats-Unis. Si bien qu'ils sont quasi-omniprésents : 99,7 % des participants à l'étude avaient consommé au moins un additif sur les deux premières années de suivi. « Ils ont pour fonction de prolonger la durée de vie du produit et de le protéger de différentes altérations comme l'oxydation ou l'apparition de champignons », rappelle la chercheuse. En font partie les nitrites dans les charcuteries, les sulfites dans l'alcool ou dans les sauces vinaigrettes, les fruits et légumes transformés, ou encore les propionates présents dans les céréales, qu'elles soient raffinées ou complètes.

Dans le British Medical Journal, 4 226 participants (sur les 105 260 participants de cette étude) ont reçu un diagnostic de cancer. Parmi eux, 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate, 352 cancers colorectaux et 2 158 autres cancers. Sur les 17 conservateurs étudiés individuellement, 6 étaient associés à l'incidence de cancer. Bien que d'autres travaux soient nécessaires pour mieux comprendre ces risques, les chercheurs notent que plusieurs études expérimentales ont observé que certains de ces composés peuvent altérer les voies immunitaires et inflammatoires, ce qui pourrait déclencher le développement de la maladie.

En parallèle, dans Nature Communications, 1 131 cas de diabète de type 2 ont été identifiés parmi les 108 723 participants de cette étude entre 2009 et 2023. Des consommations plus élevées d'additifs conservateurs au global, de conservateurs non-antioxydants et d'additifs antioxydants étaient associées à une incidence accrue de diabète de type 2, respectivement de 47 %, 49 % et 40 %, comparé aux personnes qui en consommaient le moins. Sur les 17 conservateurs étudiés individuellement, une consommation plus élevée de 12 d'entre eux était associée à un risque accru de diabète de type 2.

Une boîte de nuggets par jour

A la lecture de ces résultats, l'envie est forte de retourner chaque paquet de nourriture afin d'y rechercher la présence d'additifs. Mais l'équipe insiste, il est difficile en l'état de donner une teneur limite à ne pas dépasser

0OwfqyF73ozqOuHGcedIMySACZiCJPISjL46Wg7OCuysAmN1StgBOH2paeBxHdrrG2i8_blsq1vVXfZTTUWg_gYjU5

322825 - CISION 374255202

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

pour chaque aliment. Les conseils qu'ils prodiguent sont plus larges : avoir un regard plus critique sur ce que nous consommons et chercher des alternatives lorsque c'est possible. Avec ces nouveaux résultats, l'équipe espère, encore une fois, réussir à faire infléchir les politiques de santé. « Il y a des additifs dont on pourrait se passer. Quel est l'intérêt pour le consommateur d'être exposé à ces substances-là ? Il convient d'étudier le bénéfice-risque et d'appliquer un principe de précaution plus large et sérieux. »

Car les doses les plus élevées associées à la survenue de ces maladies chroniques semble facile à atteindre. « Ce ne sont pas des consommations aberrantes, pas des gens qui boivent trois litres de soda par jour ou qui mangent un kilo de jambon. On peut atteindre ces niveaux dans une alimentation classique », explique Mathilde Touvier. « On parle de quelqu'un qui va consommer une boîte de nuggets, cinq ou six, qui contiennent des nitrites, de façon quotidienne, pas de temps en temps. L'apport en quantité est régulier. De même pour une personne qui boit une canette de coca light et qui mange une galette de tortilla chaque jour : elle atteint un apport élevé en E338 [un conservateur de la classe des antioxydants, NDK]. »

Des résultats toujours à confirmer

Malgré tout, l'équipe appelle à la prudence face à ces résultats. Impossible avec un tel type d'études de conclure à un lien de cause à effet direct. Au mieux, il s'agit d'une association. Parmi les paramètres clé du design de l'étude figure l'élimination de tous les biais possibles. Dans le cas de Nutrinet-Santé, l'âge, le sexe, le revenu, le niveau d'éducation, les antécédents familiaux, la prise de pilule ou encore les traitements hormonaux font partie des variables prises en compte afin de ne pas brouiller les résultats.

Pour le moment, les résultats demandent encore à être validés par de plus amples travaux. Mathilde Touvier prend pour cela l'exemple du tabagisme : « Quand on dit que fumer augmente de 9 fois le risque de cancer du poumon, cela vient d'une méta analyse qui regroupe de nombreuses études. Nous, notre étude a beau être significative, il ne s'agit que d'une seule étude. » Une étude observationnelle, qui plus est. Ce type d'études, qui comme elle l'indique « observe » le comportement d'un groupe, apporte un faible niveau de preuves. « En temps normal, on lancerait un essai contrôlé et randomisé, avec un groupe qui consomme la substance et un autre à qui on donne un placebo. Mais là, il n'est pas possible de réaliser une étude sur le long terme sans mettre en danger les participants », souligne la nutritionniste.

Pour contourner le problème, il faudrait réussir à reproduire ces résultats dans d'autres cohortes. « Mais à notre connaissance, il n'en existe pas prenant en compte les noms commerciaux des produits. » Or, comme chaque marque a sa propre formulation, cette donnée s'avère cruciale afin d'évaluer le possible risque des additifs alimentaires.

Pour obtenir des résultats plus robustes, il va falloir prendre son mal en patience. Les études sur l'apparition de maladies chroniques s'effectuent, par définition, sur le long terme. Rien que pour ces résultats, Nutrinet-Santé a démarré son suivi en 2009, il y a dix-sept ans. La cohorte vient de faire des émules au Québec et au Brésil, baptisées Nutrinet-Monde. A l'avenir, ils pourront peut-être venir corroborer ces premières études.

0OwfqyF73ozqOuHGcedlMySACZiCJPlSjL46Wg7OCuysAmN1StgBOH2pacBxHdrrG2i8_blsq1vVXfZTTUWg_gYjU5

322825 - CISION 374255202

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

DNA DERNIÈRES NOUVELLES D'ALSACE

www.dna.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **886574**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Yse Rieffel**
Nombre de mots : **613**

Visualiser l'article

Consommation. Additifs alimentaires : de nouvelles études alertent sur les risques de cancer et de diabète

De nouvelles études soulignent les risques de cancer et de diabète de type 2 liés à une grande consommation d'additifs dans nos assiettes et nos verres.

On les trouve dans les plats préparés, les sodas, les pâtisseries industrielles, les charcuteries... Les additifs alimentaires sont partout et permettent aussi bien de prolonger la durée de vie d'un produit que d'en améliorer l'aspect ou la texture. Mais à quel prix ? Deux nouvelles études de l'Inserm publiées ce jeudi établissent un lien entre une consommation élevée de certains additifs alimentaires conservateurs et une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.

Ces travaux reposent sur les données de la cohorte NutriNet-Santé, qui a suivi entre 2009 et 2023 plus de 100 000 adultes volontaires. Pendant 14 ans, leurs habitudes de vie et leur état de santé ont été passés au crible, de la quantité de nourriture dans l'assiette, à la marque choisie dans le supermarché, en passant par la consommation de tabac et d'alcool. Lors des deux premières années de suivi, 99,7 % des participants ont consommé au moins un additif conservateur.

Un lien entre nitrite et cancer de la prostate

Les résultats sont parlants. Dans la première étude, 4 226 cas de cancer ont été recensés parmi les 105 260 participants suivis, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate et 352 cancers colorectaux. Les chercheurs ont découvert par exemple qu'un apport plus élevé en sorbates (principalement le sorbate de potassium, contenu dans certains fromages, certaines sauces et boissons alcoolisées) augmente le risque de cancers de 14 %, et plus particulièrement celui du sein (26 %). Le nitrite de sodium, que l'on retrouve dans la volaille et la charcuterie, est quant à lui lié à une augmentation de 32 % du cancer de la prostate. L'acide acétique, principal composant du vinaigre, est également associé à une hausse de 12 % du risque de cancer.

322825 - CISION 374255601

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

La seconde étude met en évidence un lien similaire avec le diabète de type 2 : 1 131 cas ont été identifiés (sur les 108 723 volontaires). Parmi les participants suivis, les personnes les plus exposées présentent un risque nettement plus élevé de développer la maladie, (entre 40 % et 49 %), comparé à celles qui en consomment le moins. Parmi les trois millions et demi d'aliments et boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances.

« Un travail à faire sur les réglementations »

« Ces résultats, qui doivent encore être confirmés par d'autres études, laissent penser qu'il ne s'agit pas de simples associations mais qu'on a bien affaire à des liens de cause à effet », souligne Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, et coordinatrice de ces travaux. L'équipe de recherche souhaite que ces données puissent être prises en compte dans la réévaluation des additifs par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa). Sorbate de potassium, sulfite de sodium, acide lactique... Actuellement, plus de 300 sont autorisés dans l'Union européenne (UE). Tous font l'objet d'une évaluation de l'Efsa. Certains ont déjà été retirés du marché, comme le dioxyde de titane (un colorant blanc utilisé dans des fromages, pâtisseries, confiseries...) interdit dans l'alimentation depuis 2022.

De l'interdiction de certaines substances à la diminution des doses maximales autorisées, « il y a un travail à faire sur les réglementations pour que les consommateurs n'aient pas à faire de calculs », insiste Mathilde Touvier. Raison de plus pour la scientifique de suivre les recommandations du programme national nutrition santé (PNNS) : « Privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus. » Un message qui s'adresse aussi aux industriels.

322825 - CISION 374255601

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

LE PROGRÈS

www.leprogres.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **3285613**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Yse Rieffel**
Nombre de mots : **626**

Visualiser l'article

Additifs alimentaires : de nouvelles études alertent sur les risques de cancer et de diabète

De nouvelles études soulignent les risques de cancer et de diabète de type 2 liés à une grande consommation d'additifs dans nos assiettes et nos verres.

Actuellement, plus de 300 additifs sont autorisés dans l'Union européenne (UE). Photo d'illustration Sipa/Syspeo

On les trouve dans les plats préparés, les sodas, les pâtisseries industrielles, les charcuteries... Les additifs alimentaires sont partout et permettent aussi bien de prolonger la durée de vie d'un produit que d'en améliorer l'aspect ou la texture. Mais à quel prix ? Deux nouvelles études de l'Inserm publiées ce jeudi établissent un lien entre une consommation élevée de certains additifs alimentaires conservateurs et une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.

Ces travaux reposent sur les données de la cohorte NutriNet-Santé, qui a suivi entre 2009 et 2023 plus de 100 000 adultes volontaires. Pendant 14 ans, leurs habitudes de vie et leur état de santé ont été passés au crible, de la quantité de nourriture dans l'assiette, à la marque choisie dans le supermarché, en passant par la consommation de tabac et d'alcool. Lors des deux premières années de suivi, 99,7 % des participants ont consommé au moins un additif conservateur.

Un lien entre nitrite et cancer de la prostate

Les résultats sont parlants. Dans la première étude, 4 226 cas de cancer ont été recensés parmi les 105 260 participants suivis, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate et 352 cancers colorectaux. Les chercheurs ont découvert par exemple qu'un apport plus élevé en sorbates (principalement le sorbate de potassium, contenu dans certains fromages, certaines sauces et boissons alcoolisées) augmente le risque de cancers de 14 %, et plus particulièrement celui du sein (26 %). Le nitrite de sodium, que l'on retrouve dans la

0I5ajVMv3jWR-fzamBf_PjgCpQUM8bs_XEL_NQ3mNbvczmy32nRINfIrsAmm9QvME-1ZuW5SAsVAcM5Q86NhmVlnWZR8ZNdVfO_e5PkY6MVgNjQ1

322825 - CISION 374254618

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

volaille et la charcuterie, est quant à lui lié à une augmentation de 32 % du cancer de la prostate. L'acide acétique, principal composant du vinaigre, est également associé à une hausse de 12 % du risque de cancer.

La seconde étude met en évidence un lien similaire avec le diabète de type 2 : 1 131 cas ont été identifiés (sur les 108 723 volontaires). Parmi les participants suivis, les personnes les plus exposées présentent un risque nettement plus élevé de développer la maladie, (entre 40 % et 49 %), comparé à celles qui en consomment le moins. Parmi les trois millions et demi d'aliments et boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances.

« Un travail à faire sur les réglementations »

« Ces résultats, qui doivent encore être confirmés par d'autres études, laissent penser qu'il ne s'agit pas de simples associations mais qu'on a bien affaire à des liens de cause à effet », souligne Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, et coordinatrice de ces travaux. L'équipe de recherche souhaite que ces données puissent être prises en compte dans la réévaluation des additifs par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa). Sorbate de potassium, sulfite de sodium, acide lactique... Actuellement, plus de 300 sont autorisés dans l'Union européenne (UE). Tous font l'objet d'une évaluation de l'Efsa. Certains ont déjà été retirés du marché, comme le dioxyde de titane (un colorant blanc utilisé dans des fromages, pâtisseries, confiseries...) interdit dans l'alimentation depuis 2022.

De l'interdiction de certaines substances à la diminution des doses maximales autorisées, « il y a un travail à faire sur les réglementations pour que les consommateurs n'aient pas à faire de calculs », insiste Mathilde Touvier. Raison de plus pour la scientifique de suivre les recommandations du programme national nutrition santé (PNNS) : « Privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus. » Un message qui s'adresse aussi aux industriels.

0I5ajVMv3jWR-fzamBf_PjgCpQUM8bs_XEL_NQ3mNbvczmy32nRINfIrsAmm9QvME-1ZuW5SAsVAcM5Q86NhmVInWZR8ZNdVfO_e5PkY6MVgNjQ1

322825 - CISION 374254618
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

L'EST Républicain

www.estrepublicain.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **1792089**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Yse Rieffel**
Nombre de mots : **627**

Visualiser l'article

Consommation. Additifs alimentaires : de nouvelles études alertent sur les risques de cancer et de diabète

De nouvelles études soulignent les risques de cancer et de diabète de type 2 liés à une grande consommation d'additifs dans nos assiettes et nos verres.

Actuellement, plus de 300 additifs sont autorisés dans l'Union européenne (UE). Photo d'illustration Sipa/Syspeo

On les trouve dans les plats préparés, les sodas, les pâtisseries industrielles, les charcuteries... Les additifs alimentaires sont partout et permettent aussi bien de prolonger la durée de vie d'un produit que d'en améliorer l'aspect ou la texture. Mais à quel prix ? Deux nouvelles études de l'Inserm publiées ce jeudi établissent un lien entre une consommation élevée de certains additifs alimentaires conservateurs et une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.

Ces travaux reposent sur les données de la cohorte NutriNet-Santé, qui a suivi entre 2009 et 2023 plus de 100 000 adultes volontaires. Pendant 14 ans, leurs habitudes de vie et leur état de santé ont été passés au crible, de la quantité de nourriture dans l'assiette, à la marque choisie dans le supermarché, en passant par la consommation de tabac et d'alcool. Lors des deux premières années de suivi, 99,7 % des participants ont consommé au moins un additif conservateur.

Un lien entre nitrite et cancer de la prostate

Les résultats sont parlants. Dans la première étude, 4 226 cas de cancer ont été recensés parmi les 105 260 participants suivis, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate et 352 cancers colorectaux. Les chercheurs ont découvert par exemple qu'un apport plus élevé en sorbates (principalement le sorbate de potassium, contenu dans certains fromages, certaines sauces et boissons alcoolisées) augmente le risque de cancers de 14 %, et plus particulièrement celui du sein (26 %). Le nitrite de sodium, que l'on retrouve dans la

0C5esynd8pFFdj2VkZi5gUFI7jY6lkHzA2qMxmCX_9J_9MEY9Y0q27RA3ponmrhdupp9f_E_vRtCn8aZ48OHt5nnBm5iPXfVXhtIDhIrEcNDJk

322825 - CISION 374254604

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

volaille et la charcuterie, est quant à lui lié à une augmentation de 32 % du cancer de la prostate. L'acide acétique, principal composant du vinaigre, est également associé à une hausse de 12 % du risque de cancer.

La seconde étude met en évidence un lien similaire avec le diabète de type 2 : 1 131 cas ont été identifiés (sur les 108 723 volontaires). Parmi les participants suivis, les personnes les plus exposées présentent un risque nettement plus élevé de développer la maladie, (entre 40 % et 49 %), comparé à celles qui en consomment le moins. Parmi les trois millions et demi d'aliments et boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances.

« Un travail à faire sur les réglementations »

« Ces résultats, qui doivent encore être confirmés par d'autres études, laissent penser qu'il ne s'agit pas de simples associations mais qu'on a bien affaire à des liens de cause à effet », souligne Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, et coordinatrice de ces travaux. L'équipe de recherche souhaite que ces données puissent être prises en compte dans la réévaluation des additifs par l'Autorité européenne de sécurité des aliments (Efsa). Sorbate de potassium, sulfite de sodium, acide lactique... Actuellement, plus de 300 sont autorisés dans l'Union européenne (UE). Tous font l'objet d'une évaluation de l'Efsa. Certains ont déjà été retirés du marché, comme le dioxyde de titane (un colorant blanc utilisé dans des fromages, pâtisseries, confiseries...) interdit dans l'alimentation depuis 2022.

De l'interdiction de certaines substances à la diminution des doses maximales autorisées, « il y a un travail à faire sur les réglementations pour que les consommateurs n'aient pas à faire de calculs », insiste Mathilde Touvier. Raison de plus pour la scientifique de suivre les recommandations du programme national nutrition santé (PNNS) : « Privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus. » Un message qui s'adresse aussi aux industriels.

0C5esynd8pFFdj2VkZi5gUFI7jY6lkHzA2qMxmCX_9J_9MEY9Y0q27RA3ponmrhdupp9f_E_vRtCn8aZ48OHt5nnBm5iPXfVXhtIDhIrEcNDJk

322825 - CISION 374254604
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

LA CROIX

www.la-croix.com

Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**
Audience : **2258335**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Esther Serrajordia**
Nombre de mots : **817**

Visualiser l'article

Les conservateurs alimentaires liés à une hausse du risque de cancer et de diabète de type 2

D'après deux études françaises, une consommation élevée de conservateurs alimentaires augmenterait le risque de cancer et de diabète de type 2. Lionel Vadam / L'Est Républicain/MaxPPP

Deux études françaises menées auprès de plus de 100 000 personnes et publiées ce jeudi 8 janvier 2026 montrent qu'une consommation plus élevée de conservateurs alimentaires est associée à une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2. Une première mondiale dans l'analyse de ces liens.

C'est un *« hasard de calendrier »* , assure Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm). Ce jeudi 8 janvier, deux études qu'elle a coordonnées, en tant que spécialiste des liens entre nutrition et santé et co-créatrice du Nutri-Score, sont publiées.

L'une, dans le *British Medical Journal* (BMJ), porte sur les liens entre la consommation de conservateurs alimentaires et l'incidence du cancer ; l'autre, dans *Nature Communications* , s'intéresse à la consommation de conservateurs alimentaires et à l'incidence du diabète de type 2. *« Il s'agit des deux premières études au monde portant sur ces liens-là »* , a-t-elle expliqué lors d'une conférence de presse jeudi 7 janvier.

Les conservateurs alimentaires font partie de la famille des additifs. Leur rôle est de prolonger la durée de vie des produits et de les protéger contre des altérations, qu'elles soient provoquées par des micro-organismes, comme des champignons, ou par des mécanismes d'oxydation. Sur les emballages, ces conservateurs sont identifiables grâce aux codes européens compris entre E200 et E399. Parmi les 3,5 millions d'aliments et de boissons recensés dans la base Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins l'une de ces

322825 - CISION 374254560

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

substances, soit environ un produit sur cinq.

Sorbates et sulfites liés à une hausse du risque de cancer

Les chercheurs de l'Inserm, de l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement, de l'université Sorbonne Paris-Nord, de l'université Paris Cité et du Conservatoire national des arts et métiers, au sein de l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Cress-Eren) se sont appuyés sur les données de santé et de consommation alimentaire de plus de 100 000 adultes participant à la cohorte NutriNet-Santé - une étude de santé publique lancée en 2009 visant à faire progresser la recherche sur les liens entre nutrition et santé.

Résultats : au cours de la période de suivi (2009-2023), 4 226 participants ont reçu un diagnostic de cancer. La consommation de six des dix-sept conservateurs étudiés est associée à une augmentation globale de l'incidence du cancer, et plus spécifiquement du cancer du sein.

Dans le détail, les sorbates - présents dans les produits laitiers transformés, les gâteaux industriels, les sodas, ainsi que dans certaines spécialités vendues en supermarché (houmous, tzatziki) ou les salades en boîte (carottes râpées, taboulés) - sont associés à une augmentation de 14 % du risque global de cancer et de 26 % pour le cancer du sein. Les sulfites, que l'on retrouve dans le vin mais également dans certaines sauces comme la moutarde ou la mayonnaise, sont liés à une hausse de 12 % du risque de cancer et de 20 % pour le cancer du sein.

Les plats cuisinés industriels en cause

Un lien a également été établi entre cancers et conservateurs principalement utilisés dans la charcuterie, avec par exemple une augmentation de 32 % du risque de cancer de la prostate liée au nitrite de sodium. Les acétates, présents dans les plats cuisinés industriels , sont quant à eux associés à une hausse de 15 % du risque de cancer global et de 25 % pour le cancer du sein.

Pour le diabète de type 2 (1 131 cas recensés dans la cohorte), une consommation plus élevée de 12 des 17 conservateurs étudiés était associée à un risque accru, compris entre 40 et 47 %.

« Bien que les résultats de ces deux études doivent encore être confirmés, leur cohérence avec les données expérimentales existantes suggère qu'il ne s'agit pas de simples associations, mais qu'il existe réellement des liens de cause à effet. On entend parfois dire que, tant qu'un large essai contrôlé n'aura pas été réalisé, aucune conclusion ne pourra être tirée. Mais pour ce type d'expositions, il faut sortir de cette logique » , analyse Mathilde Touvier.

Vers une réévaluation des réglementations ?

La chercheuse et son équipe espèrent que leurs travaux permettront une réévaluation des réglementations encadrant l'usage des additifs alimentaires par l'industrie. *« Même si la question n'est pas simple,* admet Mathilde

322825 - CISION 374254560
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Touvier, *puisque les additifs conservateurs, contrairement à beaucoup d'autres purement cosmétiques, préviennent les altérations des produits. Cela soulève aussi des interrogations sur nos habitudes de consommation : accepterons-nous d'avoir des tranches de jambon dans nos frigos qu'il faudra consommer immédiatement ? »*

En attendant, elle rappelle les recommandations du Programme national nutrition santé, qui encouragent les consommateurs à privilégier les aliments frais et les moins transformés possible.

322825 - CISION 374254560

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

BFMTV.

www.bfmtv.com

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **17059199**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Céline Hussonnois/Alaya**
Nombre de mots : **932**

Visualiser l'article

Cancers, diabète: ce que révèlent deux études françaises sur les effets néfastes des conservateurs "omniprésents"

Les rayons d'un supermarché (image d'illustration) - DENIS CHARLET / AFP

Deux études menées par l'Inserm mettent en évidence un lien entre la consommation de 13 additifs alimentaires conservateurs et un risque accru de développer cancers et diabète de type 2.

Une consommation plus élevée de conservateurs est associée à une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2. Ce sont les conclusions de deux études menées par l'Inserm, l'Inrae, l'Université Sorbonne-Paris-Nord, l'Université Paris-Cité et le Cnam publiées dans The BMJ et la revue Nature Communications.

Les deux études reposent sur les données de santé et de consommation alimentaire de plus de 100.000 adultes qui ont participé à la vaste étude de cohorte NutriNet-Santé menée entre 2009 et 2023.

"Il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2", assure mercredi lors d'une conférence de presse Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm, à la tête de l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle.

Video :
https://www.bfmtv.com/sante/cancers-diabete-ce-que-revelent-deux-etudes-francaises-sur-les-effets-nefastes-des-conservateurs-omnipresents_AN-202601080028.html

De quoi parle-t-on exactement? Ces conservateurs sont des additifs alimentaires utilisés dans les aliments et les boissons transformées pour prolonger leur durée de conservation. Des conservateurs "omniprésents", pointe

322825 - CISION 374256609

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Mathilde Touvier. "Un produit sur cinq contient au moins l'un de ces additifs."

"Tout le monde est exposé à un ou plusieurs de ces conservateurs."

Des effets "même dans une alimentation classique"

Dans la publication sur les liens avec le cancer publiée dans Nature Communications, sur les 17 conservateurs étudiés, six présentent des risques potentiels pour la santé. L'étude conclut ainsi qu'une consommation plus importante de ces additifs est associée à un risque plus élevé de cancer par rapport aux plus faibles consommations.

Quels sont-ils? Le sorbate de potassium (E202), le métabisulfite de potassium (E224) - présent dans les vins et spiritueux - le nitrite de sodium (E250) - dans les viandes transformées - le nitrate de potassium (E252) - également présent dans les viandes transformées et tout autant controversé que le E250 pour leurs caractéristiques génotoxique et cancérogène. Sont également pointés l'acide acétique (E260) - dans les sauces - et le conservateur antioxydant érythrobate de sodium (E316) - charcuterie, plats préparés.

Des conservateurs qui se trouvent ainsi dans de nombreux produits du quotidien. Mais à partir de quelle quantité ingérée prend-on un risque? "La question ne se pose pas si on en ingère une fois", répond Mathilde Touvier. "Il s'agit de consommations chroniques, répétées. Mais ce sont des consommations qui ne sont pas aberrantes."

"Il ne s'agit pas de boire trois litres de soda ou de manger un kilo de jambon par jour", précise la chercheuse. Les effets néfastes se présentent même "dans une alimentation classique."

+47% de risque de diabète de type 2

Prenons l'exemple du sorbate de potassium: il est associé à une augmentation de 14% du risque de cancer d'une manière générale, 26% pour le cancer du sein. Un additif que l'on retrouve dans de nombreuses préparations: des beurres allégés aux fromages en passant par les sauces, produits laitiers, gâteaux, plats préparés et sodas. De nombreuses références sont listées sur le site Open Food Facts. Autre exemple: le nitrite de sodium associé à une augmentation de 32% du risque de cancer de la prostate.

Pour parvenir à ces conclusions, les chercheurs ont étudié les consommations alimentaires des volontaires - soit plusieurs périodes de 24 heures incluant les noms et marques des produits consommés - au regard de leur mode de vie et de leur état de santé. Des données couplées à des dosages d'additifs dans les aliments et boissons concernés qui ont permis d'évaluer les expositions des participants aux additifs tout au long du suivi.

En ce qui concerne l'étude sur les liens avec le diabète de type 2 publiée dans The BMJ, une consommation plus élevée de 12 conservateurs (sur les 17 étudiés) est associée à un risque accru de diabète de type 2. Une incidence accrue de développer un diabète de type 2 évaluée à 47%.

322825 - CISION 374256609
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

En plus des additifs cités dans la précédente étude, il s'agit de l'acétate de sodium (E262) - c'est l'un des plus anciens conservateurs - le propionate de calcium (E282) - que l'on trouve notamment dans les pains de mie - l'ascorbate de sodium (E301) - charcuterie ou viande transformée - l'alpha-tocophérol (E307) - c'est la vitamine E - l'acide citrique (E330), l'acide phosphorique (E338) - dans un célèbre soda - et l'extrait de romarin (E392).

Privilégier les aliments frais et peu transformés

Des résultats qui peuvent surprendre puisque certains de ces antioxydants sont naturels, comme l'acide citrique extrait du citron ou encore l'extrait de romarin. "Ce n'est pas parce que c'est naturel que c'est bon pour la santé", met en garde Mathilde Touvier, qui appelle à se méfier de l'argument du naturel.

Pour Anaïs Hasenböhler, doctorante qui a participé à ces études, "ces nouvelles données s'ajoutent à d'autres en faveur d'une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs alimentaires par l'industrie alimentaire".

Mathilde Touvier considère ainsi que le principe de précaution doit s'appliquer. "Ces travaux justifient une fois de plus les recommandations du Programme national nutrition santé faites aux consommateurs de privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus." En guise d'alternative aux conservateurs, elle recommande notamment les surgelés de bonne qualité.

322825 - CISION 374256609
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

TF1 INFO

www.tf1info.fr

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **5921516**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Camille BLUTEAU**
Nombre de mots : **534**

Visualiser l'article

Cancers et diabète favorisés par les conservateurs alimentaires ? Deux études le suggèrent

Video:
https://www.tf1info.fr/sante/inserm-une-etude-revele-des-liens-entre-les-conservateurs-alimentaires-et-le-developpement-du-cancer-et-du-diabete-2417268.html

Source : Bonjour !

- Les conservateurs sont très largement utilisés par l'industrie agroalimentaire à l'échelle mondiale.
- Une consommation plus élevée d'additifs alimentaires conservateurs a été associée à une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2.

Deux nouvelles études de l'Inserm (nouvelle fenêtre) suggèrent une association entre la consommation de conservateurs (nouvelle fenêtre) , largement utilisés dans les aliments et les boissons transformés industriellement pour prolonger leur durée de conservation (nouvelle fenêtre) , et un risque accru de cancer et de diabète de type 2.

Entre 2009 et 2023, plus de 100.000 adultes volontaires ont déclaré leurs antécédents médicaux, leurs données sociodémographiques, leurs habitudes en matière d'activité physique, ainsi que des indications sur leur mode de vie et leur état de santé. Ils ont également renseigné régulièrement leurs consommations alimentaires en transmettant des enregistrements complets, incluant les noms et marques des produits industriels consommés.

Inspirants : premier épisode du podcast disponible

Pour son tout nouveau podcast vidéo, François-Xavier Ménage reçoit Marie-Laure Duflos, juge pour enfants. Elle est revenue sur son quotidien entre violences, prostitution de mineurs ou encore narcotrafic.

Au cours de la période de suivi, 4.226 participants ont reçu un diagnostic de cancer , dont 1.208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate, 352 cancers colorectaux et 2.158 autres cancers. Concernant le diabète de type 2, 1.131 cas ont été identifiés parmi les 108.723 participants de cette étude.

17 conservateurs largement utilisés analysés par les chercheurs

Les chercheurs ont analysé 17 conservateurs consommés par au moins 10 % des participants. Sur ces substances, 11 n'étaient pas associées à l'incidence de cancer. L'étude révèle tout de même qu'une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs, notamment des conservateurs non antioxydants, était associée à un risque plus élevé de cancer.

Enfin, 12 des substances étudiées étaient associées à un risque accru de diabète de type 2. Notamment des conservateurs non antioxydants largement utilisés comme le potassium, le nitrite de sodium ou encore des acides

322825 - CISION 374254383

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

acétique, ainsi que des additifs antioxydants.

"Il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2. Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés", explique Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm et coordinatrice de ces travaux.

"Ces nouvelles données s'ajoutent à d'autres en faveur d'une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs alimentaires par l'industrie alimentaire afin d'améliorer la protection des consommateurs", ajoute Anaïs Hasenböhler, doctorante à l'Eren qui a réalisé ces études.

"Ces travaux justifient les recommandations du Programme national Nutrition santé faites aux consommateurs de privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus", conclut Mathilde Touvier.

D'autres travaux sont nécessaires pour mieux comprendre les risques potentiels. Selon les chercheurs, plusieurs études expérimentales ont observé que certains de ces composés peuvent altérer les voies immunitaires et inflammatoires, ce qui pourrait déclencher le développement d'un cancer.

322825 - CISION 374254383
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Le Monde

www.lemonde.fr

Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**
Audience : **18129402**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Mathilde Gérard**
Nombre de mots : **926**

Visualiser l'article

Alimentation transformée : une forte consommation d'additifs conservateurs associée à un risque accru de cancers et de diabète

Deux études épidémiologiques publiées jeudi suggèrent une association entre certaines maladies chroniques et une forte exposition aux additifs conservateurs. De premiers résultats significatifs, mais qui doivent être confirmés par d'autres recherches.

Des bouteilles de vinaigrette, divers vinaigres et huiles dans un supermarché, à Paris, le 5 septembre 2025. STEPHANE DE SAKUTIN / AFP

Ils permettent de prolonger la durée de vie des aliments, d'empêcher leur détérioration, leur oxydation ou la prolifération de microbes : les additifs conservateurs (sorbates, sulfites, nitrites...) se retrouvent dans tous types de denrées et sont largement employés dans les préparations alimentaires. Pourtant, une étude épidémiologique de grande ampleur suggère, dans deux articles publiés jeudi 8 janvier, qu'une forte exposition à ces additifs peut être associée à des risques de long terme pour la santé.

Les travaux conduits par l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Cress-EREN, rattachée notamment à l'Institut national de la santé et de la recherche médicale - Inserm - et l'Institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement - Inrae) s'appuient sur plus de 105 000 adultes participant à la cohorte NutriNet-Santé, qui renseignent à intervalles réguliers l'ensemble de leur consommation sur des périodes de vingt-quatre heures et dont les données de santé sont suivies sur plusieurs années.

Le premier article, publié dans le British Medical Journal, fait état d'une association significative entre consommation d'additifs conservateurs et risque de plusieurs cancers (notamment du sein et de la prostate) ; le second, dans la revue Nature Communications, s'attache au lien entre ces mêmes composés et le diabète de type 2.

0r2B1FmnZEBqBi5K-x2floTHdR6pwD51tMEk8vVlIN58lOUq-x-Khuwvxzhwx5y9CNmVh

322825 - CISION 374254064

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Risques associés aux édulcorants

« Il s'agit des premières études épidémiologiques au monde à quantifier l'exposition aux conservateurs et le risque d'incidence du cancer et du diabète », dit Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm. Grâce aux données de la cohorte NutriNet-Santé, l'équipe de recherche qu'elle dirige a déjà documenté les risques associés aux édulcorants, aux émulsifiants et aux nitrites et nitrates et à certains effets cocktails. Ces travaux ont notamment appuyé la classification de l'aspartame comme cancérogène possible en 2023 par le Centre international de recherche sur le cancer, rattaché à l'Organisation mondiale de la santé (OMS) et celle des nitrites comme cancérogènes par l'Agence nationale de sécurité sanitaire (Anses) en 2022.

Pour cette nouvelle série d'études, deux grandes familles d'additifs ont été prises en compte, les conservateurs au sens strict (généralement notés de E200 à E299) et les antioxydants (de E300 à E399). Sans surprise, ces additifs sont omniprésents et la quasi-totalité des participants à la cohorte (99,7 %) en ont consommé au cours des deux années de suivi. Les viandes transformées sont les principaux vecteurs de nitrites et de nitrates, les boissons alcoolisées et les préparations de sauces vinaigrettes sont de forts pourvoyeurs en sulfites, tandis que les fruits et légumes transformés peuvent, quant à eux, amener tous types de conservateurs.

Pour l'analyse sur les cancers, ce sont surtout les conservateurs non-antioxydants qui sont associés à un risque accru. En tenant compte des différents profils de consommation sur la cohorte étudiée, une forte exposition aux sorbates, en particulier au sorbate de potassium, est ainsi associée à une hausse de 14 % du risque global de cancer et de 26 % du risque de cancer du sein. Les sulfites sont, pour leur part, associés à un risque global de cancer accru de 12 %. Pour le diabète de type 2, le risque est augmenté de 47 % pour les catégories d'individus fortement exposés aux additifs conservateurs.

Les profils de gros consommateurs sont variés : une canette de soda light et un autre produit ultratransformé par jour ou une boîte de nuggets industriels peuvent suffire à faire rentrer dans les niveaux moyens des consommateurs fortement exposés. « Ce sont des niveaux de consommation qui ne sont pas aberrants en soi, mais ce qui est en jeu, c'est l'exposition régulière, quotidienne, à ce type d'additifs », précise Mathilde Touvier.

Ces premières données épidémiologiques - pour lesquelles les chercheurs ont pris soin d'écarter les biais éventuels liés aux modes de vie des participants - doivent toutefois être corroborées par d'autres travaux. « Il faut rester prudents sur les pourcentages d'augmentation de risques, car ils ne sont issus que d'une seule étude », nuance ainsi Mme Touvier, qui rappelle que pour le tabac, ce sont des dizaines d'études qui ont permis d'établir avec force le risque de cancer. « Mais ces données font d'ores et déjà état d'une association significative et concordent avec les travaux expérimentaux suggérant des effets néfastes de plusieurs composés », poursuit la chercheuse.

Bras de fer

Les chercheurs de l'EREN souhaitent ainsi que ces travaux puissent être pris en compte dans la réévaluation des additifs alimentaires, en tenant compte du rapport bénéfices-risques et des effets potentiels de long terme. La question de se passer de ces additifs pose en effet question, car contrairement à d'autres composés, comme les émulsifiants ou les colorants, dont le but principal est de rendre le produit plus attractif sans enjeu de sécurité sanitaire, les conservateurs jouent un rôle pour limiter l'altération des denrées et d'éventuels effets pour la santé.

Ces travaux renforcent en tout cas les recommandations officielles de réduire la consommation de produits ultratransformés et de limiter les denrées contenant des additifs superflus. Des préconisations qui sont au coeur

0r2B1FmnZEBqBi5K-x2floTHdR6pwD51tMEk8vVlIN58lOUq-x-Khuwvxzhwx5y9CNmVh

322825 - CISION 374254064

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

d'un bras de fer quant à leur inclusion dans un projet de feuille de route nationale sur l'alimentation, la nutrition et le climat qui aurait dû être publiée début décembre 2025, avant d'être suspendue par Matignon.

0r2B1FmnZEBqBi5K-x2floTHdR6pwD51tMEk8vVlIN58lOUq-x-Khuwvxzhwx5y9CNmVh

322825 - CISION 374254064

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

LaProvence.

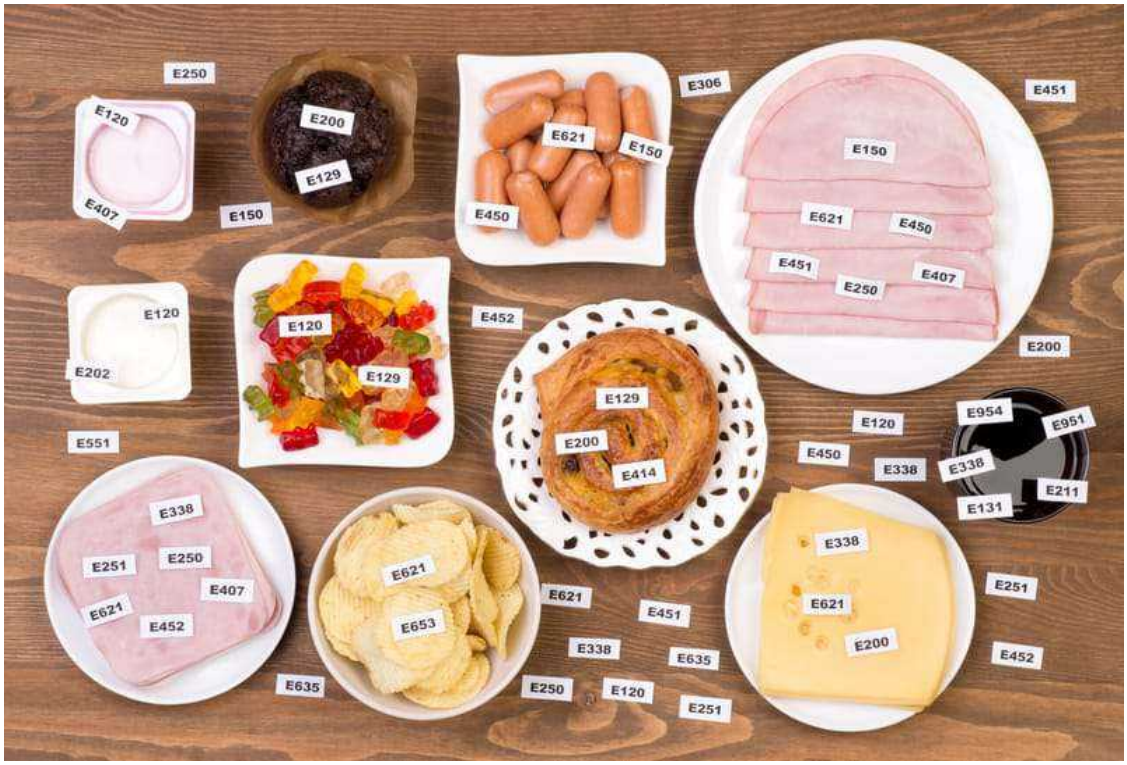
www.laprovence.com

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **2265382**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **767**

Visualiser l'article

Aliments transformés : les conservateurs associés à un risque accru de cancer et de diabète de type 2



Les conservateurs appartiennent à la famille des additifs alimentaires. Ils sont largement utilisés dans les aliments et les boissons transformés selon des techniques industrielles pour prolonger leur durée de vie. Ils seraient en effet présents dans plus de 700 000 des quelque trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World de 2024. Deux études distinctes, menées par des chercheurs français de l'Inserm, l'INRAE, l'université Sorbonne Paris Nord...

Les conservateurs appartiennent à la famille des additifs alimentaires. Ils sont largement utilisés dans les aliments et les boissons transformés selon des techniques industrielles pour prolonger leur durée de vie. Ils seraient en effet présents dans plus de 700 000 des quelque trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World de 2024. Deux études distinctes, menées par des chercheurs français de l'Inserm, l'INRAE, l'université Sorbonne Paris Nord et l'université Paris Cité et du Cnam, mettent en lumière le lien entre ces conservateurs et les risques de cancer et de diabète de type 2. Ces travaux ont été publiés dans les revues *The BMJ* et *Nature Communication*.

Plus de 100 000 Français suivis entre 2009 et 2023

0MVTKzW4DcOqdZfw3P27E_H3zV2uH8h1E5J3reJwm7DpPe6yfK1px3Fh-2B5aFO5Fg2X_pQFOrtA6UwwOxMUpjQHmYYgzZo1VWXrt9y-svKQOGM4

322825 - CISION 374253240

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Pour parvenir à ces résultats, les scientifiques réunis au sein de l'équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle ont regroupé les additifs en deux catégories. D'un côté les conservateurs non-antioxydants (qui inhibent la croissance microbienne ou ralentissent les changements chimiques conduisant à la détérioration des aliments), de l'autre les antioxydants (qui retardent ou empêchent la détérioration des aliments en éliminant ou en limitant les niveaux d'oxygène dans les emballages). On les retrouve sur les emballages avec les codes européens compris entre E200 et E299 pour les premiers et entre E300 et E399 pour les antioxydants.

Les liens entre ces substances et le risque de cancer d'une part, et le risque de diabète de type 2 d'autre part, ont été analysés via, notamment, les données des 100 000 Français participant à l'étude NutriNet-Santé. Entre 2009 et 2023, ces adultes ont communiqué leurs antécédents médicaux, données sociodémographiques, habitudes en matière d'activité physique, ainsi que des informations sur leur mode de vie et leur état de santé. Ils ont aussi renseigné régulièrement leurs consommations alimentaires sur plusieurs périodes de 24 heures, précisant les noms et marques des produits industriels consommés. Combinant ces informations avec plusieurs bases de données concernant les aliments et boissons transformés, les chercheurs ont pu évaluer le niveau d'exposition des participants aux additifs alimentaires, dont les conservateurs. Ont également été pris en compte les facteurs de risque (mode de vie, tabac, alcool, alimentation...) susceptibles de biaiser les résultats.

Au cours de la période de suivi, 4 226 participants ont reçu un diagnostic de cancer, dont 1 208 cancers du sein, 508 cancers de la prostate, 352 cancers colorectaux et 2 158 autres cancers. *« La consommation totale de conservateurs non-antioxydants était associée à une incidence accrue de cancer au global et de cancer du sein spécifiquement »*, précise l'Inserm dans un communiqué.

Une altération des voies immunitaires et inflammatoires ?

Seuls quatre conservateurs étaient individuellement associés au cancer. Mais une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs, des non-antioxydants principalement, était associée à un risque plus important de cancer par rapport à une faible consommation (les sorbates, les sulfites et les acétates notamment). Du côté des conservateurs antioxydants, les érythorbates seuls étaient mis en cause. *« Bien que d'autres travaux soient nécessaires pour mieux comprendre ces risques, les chercheurs notent que plusieurs études expérimentales ont observé que certains de ces composés peuvent altérer les voies immunitaires et inflammatoires, ce qui pourrait déclencher le développement d'un cancer »*, note l'Inserm dans un communiqué.

Concernant le diabète de type 2, 1 131 participants ont été diagnostiqués sur la période de suivi. *« Des consommations plus élevées d'additifs conservateurs au global, de conservateurs non-antioxydants et d'additifs antioxydants étaient associées à une incidence accrue de diabète de type 2, respectivement de 47 %, 49 % et 40 %, comparé aux plus faibles niveaux de consommation »,* ajoute l'Inserm. Sur les 17 conservateurs étudiés individuellement, 12 étaient associés à un risque accru de diabète de type 2.

« Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés, explique Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm, coordinatrice de ces travaux. *Ces travaux justifient une fois de plus les recommandations du Programme national Nutrition santé faites aux consommateurs de privilégier les aliments frais et peu transformés et de limiter autant que possible les additifs superflus. »*

Source : Inserm

0MVTKzW4DcOqdZfw3P27E_H3zV2uH8n1E5J3reJwm7DpPe6yfK1px3Fh-2B5aFO5Fg2X_pQFOrtA6UwwOxMUpjQHmYYgzZo1VWXrt9y-svKQOGM4

322825 - CISION 374253240
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Le Parisien

www.leparisien.fr

Famille du média : **PQR/PQD (Quotidiens régionaux)**
Audience : **13792131**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Jila Varoquier**
Nombre de mots : **1082**

Visualiser l'article

Du nitrite aux extraits de romarin, ces conservateurs alimentaires à l'origine de cancer et de diabète

L'Inserm a identifié un lien entre cancer, diabète et une vingtaine de conservateurs utilisés dans les aliments ultratransformés. Explications.

Les conservateurs et additifs alimentaires sont présents dans une multitude de denrées qui remplissent nos chariots de courses. (Illustration) LP/Jean-Baptiste Quentin

Encore eux. Dans deux études qui sortent ce jeudi matin dans les revues BMJ et Nature communications, des chercheurs de l'Inserm (Institut national de la santé et de la recherche médicale) établissent un lien entre la consommation d'additifs « conservateurs » présents dans les aliments préparés et un risque accru de cancer et diabète.

Ces ingrédients sont ajoutés pour éviter aux produits de s'abîmer trop vite. En conséquence, ils sont présents dans une foultitude - désespérante - de denrées qui remplissent nos chariots de courses.

« Parmi les trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances », reconnaît l'étude de l'Inserm. Soit un produit sur cinq. Tant des salades et plats préparés que des moutardes, mayonnaises, charcuteries, volailles et saucisses, chips, tartinades ou encore certains yaourts aux fruits.

Qu'est-ce qu'un conservateur ?

322825 - CISION 374253236

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

06m3iclApRSIt2oCUYNHWIGIKwHoP73eRGripD5NqmakyoizNbgAdCwST6A78re3v2UoSVcmPq7RPRsBgq2tKiijQcB2BvK4bOqB88pTZgGkNmJi

Ce sont des substances utilisées par l'industrie pour empêcher ou ralentir l'apparition de microbes (non-antioxydants) ou le phénomène de pourrissement en éliminant ou en limitant les niveaux d'oxygène dans les emballages (les antioxydants). Elles sont nommées sur les étiquettes soit par leur code européen compris entre E200 et E299 (pour les conservateurs au sens strict) et entre E300 et E399 (pour les additifs antioxydants), soit par leur nom scientifique.

Quels sont les risques ?

Au moins douze d'entre eux ont été identifiés dans ces deux études de l'Inserm comme causant un risque accru de diabète et/ou de cancer en cas de consommation importante. « Et nous avons une approche prudente, précise Mathilde Touvier, directrice de recherche en épidémiologie nutritionnelle à l'Inserm. Ce n'est pas parce que certaines substances ne sont pas mises en cause aujourd'hui, qu'elles ne le seront pas plus tard. »

Comment le sait-on ?

C'est le suivi de la cohorte Nutri-Net qui a permis de le comprendre. Depuis 2009, plus de 100 000 adultes français communiquent plusieurs fois par semaine leurs habitudes de vie, d'alimentation et l'état de leur santé physique ou morale.

« Ils enregistrent par exemple, sur plusieurs périodes de 24 heures, ce qu'ils consomment, en incluant les noms et marques des produits industriels », détaille encore Mathilde Touvier. Plus de 4 220 participants ont été diagnostiqués avec un cancer et 1 131 avec un diabète. Et « 17 substances ont pu être analysées individuellement en lien avec les pathologies étudiées », précise l'Inserm.

Quels additifs ont un lien avec un risque accru de cancer ?

Ce sont par exemple les sulfites, présents dans les boissons alcoolisées, le E224 - aussi connu sous le doux nom de « métabisulfite de potassium » - contenu dans une grande quantité de mayonnaise, moutarde et autres assaisonnements et donc certains plats préparés qui les utilisent. Il est associé à 11 % de cancer dont 20 % de cancer du sein.

La consommation de nitrite de sodium ou le nitrate de potassium, utilisés dans la charcuterie par exemple et que l'on sait avoir un lien avec les cancers colorectaux, est, elle, liée à une hausse du risque de cancer de la prostate (32 %) pour les premiers et du sein (22 %) pour le second.

Et pour le diabète ?

Il y a encore plus d'additifs dont la consommation pose problème, avec des incidences accrues de diabète de 40 % à 47 % en cas d'ingestion régulière de ces conservateurs (*voir liste ci-dessous*). Y compris ceux que l'on pense naturels tels que les extraits de romarin ou l'acide citrique : « Comme si lorsqu'une molécule est synthétisée

06m3iclApRSIt2oCUYNHWIGIKwHoP73eRGripD5NqmakyoizNbgAdCwST6A78re3v2UoSVcmPq7RPRsBgq2tKiijQcB2BvK4bOqB88pTZgGkNmJi

322825 - CISION 374253236
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

chimiquement, qu'elle sort de sa matrice naturelle, cela semble modifier la façon dont notre organisme l'assimile », souligne Mathilde Touvier.

Là encore, ces conservateurs sont présents dans un nombre considérable d'articles : plats préparés en tout genre, du sandwich à la salade césar en passant par la pizza ou le petit salé aux lentilles, mais aussi dans des assaisonnements type moutarde, mayonnaise ou vinaigre, de la charcuterie, des biscuits industriels - y compris certaines marques bios, yaourts aux fruits, etc.

Qu'est-ce qu'une consommation importante ?

« Il est difficile de donner des quantités standardisées, poursuit la chercheuse. Mais cela représente quelqu'un qui mange par exemple chaque jour 5 à 6 nuggets ou encore une canette de soda additionnée à une galette de tortilla quotidiennement ». Des teneurs qu'il est possible d'atteindre avec une consommation assez classique de produits transformés.

Comment s'en préserver ?

D'abord en privilégiant la matière première et fabriquer soi-même, quand on le peut, sa purée, ses gâteaux, etc. En optant aussi, dans les rayons des supermarchés, pour les étiquettes qui contiennent le moins d'ingrédients aux noms inconnus. « Nous espérons aussi que ces nouvelles données s'ajoutent à d'autres en faveur d'une réévaluation de la réglementation des additifs alimentaires par l'industrie alimentaire », ajoute Anaïs Hasenböhler, doctorante à l'Eren qui a réalisé ces études.

Cancer

• E252 ou nitrate de potassium : chorizo, jambon de parme, cru, des grisons, saucisson sec, etc., et des plats préparés qui en contiennent.

Cancer et diabète

• E202 ou sorbate de potassium : yaourts aux fruits, sauces, boissons sucrées, beurres allégés ou végétal, salade de carottes prêtes à consommer, taboulés préparés, etc.

• Sulfites : boissons alcoolisées, etc.

• E224 ou métabisulfite de potassium : moutarde, mayonnaise, vinaigre, salades préparées, etc.

• E250 ou nitrite de sodium : charcuterie, saucisson, saucisses, plats préparés qui en contiennent comme riz cantonais, pâtes micro-ondables, pizzas, etc.

• E260 ou acide acétique : certaines sauces piquantes, purée de piment, des conserves au vinaigre ou encore des salades.

06m3iclApRSIt2oCUYNHWIGIKwHoP73eRGrjpD5NqmakyoizNbgAdCwST6A78re3v2UoSVcmPq7RPRsBgq2tKiijQcB2BvK4bOqB88pTZgGkNmJi

322825 - CISION 374253236
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

• E262 ou acétates de sodium : pain de mie, chips, tarama, pasta box, salade préparée, tortillas.

• E316 ou érythorbate de sodium (E316) : charcuterie, plats préparés qui en contiennent comme pizza, salade préparée, pâtes carbonara, lentilles saucisse à réchauffer, etc.

Diabète

• E282 ou propionate de calcium : pain de mie (graine, complet, tartines céréales, etc.), wrap, cheeseburger micro-ondable, etc.

• E301 ou ascorbate de sodium : charcuterie et tous les dérivés tels que les cordons bleus, salade préparée avec du jambon, pizza, etc.

• E330 ou acide citrique : moutardes, les boissons sucrées, biscuits industriels, pâtes à tartiner, RedBull, fromage à tartiner, etc.

• E392 ou extraits de romarin : beurre végétal, biscuits bios, steaks végétaux, bouillons, purée nature, biscuit apéritif, etc.

06m3iclApRSIt2oCUYNHWIGIKwHoP73eRGrjpD5NqmakyoizNbgAdCwST6A78re3v2UoSVcmPq7RPRsBgq2tKiijQcB2BvK4bOqB88pTZgGkNmJi

322825 - CISION 374253236

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Libération

www.liberation.fr

Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**
Audience : **8921000**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales, Economie - Services**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Anaïs Moran**
Nombre de mots : **1010**

Visualiser l'article

Conservateurs alimentaires dans la nourriture ultratransformée : l'Inserm alerte sur le risque de cancer et de diabète de type 2

Deux vastes études épidémiologiques publiées ce jeudi 8 janvier suggèrent un lien entre la consommation de certains additifs parmi les 17 étudiés et la survenue de certaines pathologies. Les nitrites présents dans les charcuteries sont particulièrement pointés du doigt.

Double mise en garde contre les aliments (ultra)transformés qui peuplent nos supermarchés. Nous savions déjà, grâce à une littérature scientifique foisonnante, que la nourriture industrielle omniprésente dans nos rayons (de la brioche toujours plus moelleuse à la sauce toujours plus onctueuse) exposait à de sérieux risques pour la santé, qu'il s'agisse de maladies cardiovasculaires ou de troubles dépressifs.

Ce jeudi 8 janvier, deux nouvelles études épidémiologiques pilotées par l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) viennent encore noircir le tableau. L'une est publiée dans le *British Medical Journal* et suggère une association
entre la consommation d'additifs conservateurs présents dans les produits transformés et l'incidence de certains cancers. L'autre paraît dans la revue *Nature Communications,* et pointe un lien similaire avec le risque de diabète de type 2.

En France, les aliments industriels représentent en moyenne un tiers de l'apport énergétique quotidien chez les adultes, et environ la moitié chez les enfants, d'après les données fournies par l'enquête Esteban de Santé publique France. La catégorie des aliments transformés et ultratransformés est vaste, d'une hétérogénéité sans nom, avec plusieurs dizaines de milliers de produits contenant des additifs à l'échelle mondiale.

«Effets néfastes»

Dans ces deux études, les chercheurs, dirigés par la directrice de l'Inserm, Mathilde Touvier, se sont penchés sur 17 additifs différents à propriétés conservatrices. Certains sont des substances antioxydantes qui retardent ou empêchent la détérioration des aliments en jouant sur les niveaux d'oxygène dans les emballages, d'autres agissent en inhibant la croissance microbienne (et/ou ralentissent les changements chimiques conduisant à la détérioration des aliments).

Ces 17 conservateurs sont ceux consommés par au moins 10 % des participants de la cohorte NutriNet-Santé, un groupe de personnes suivies par les scientifiques pour mener à bien ces travaux. Entre 2009 et 2023, plus de 100 000 participants ont renseigné régulièrement, et en détail, leurs consommations alimentaires en incluant les noms et marques des produits industriels concernés (en plus de déclarer leurs antécédents médicaux, leurs activités physiques, leurs données sociodémographiques, etc.).

Conclusion : parmi les 17 additifs étudiés, six sont associés à un risque accru de cancer et douze au diabète de type 2. *«Il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2,* résume Mathilde Touvier. *Bien que les résultats doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés.»*

Au cours de la période de suivi, 4 226 participants (sur les quelque 100 OOO volontaires de la cohorte) ont reçu un diagnostic de cancer. Les nitrites, dont l'usage en tant qu'additifs alimentaires représente environ la moitié de notre exposition totale à eux, omniprésents dans les produits de charcuterie, sont notamment pointés du doigt.

322825 - CISION 374253079

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Dans leur étude, les chercheurs rapportent ainsi que le nitrite de sodium (qui peut se retrouver, entre autres, dans le jambon blanc, le saucisson, le bacon, la bresaola...) est associé à une augmentation de 32 % du risque de cancer de la prostate. Exemple de niveau de consommation qui accroît ledit risque ? *«Une boîte de cinq à six nuggets qui contiendrait des conservateurs de type nitrite,* illustre la scientifique Mathilde Touvier. *Mais pas une boîte de nuggets de temps en temps, [on parle] d'un apport quotidien, régulier, de cette quantité-là.»* En 2022, l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (Anses) avait précédemment confirmé, de son côté, l'existence d'une *«association»* entre l'exposition aux nitrites via la viande transformée et le risque de cancer colorectal.

Cinq autres conservateurs sont également associés à des incidences accrues de cancer. Avec en tête, le cancer du sein. Selon ces résultats, le nitrate de potassium (présent dans la charcuterie également, mais aussi dans certains fromages), le sorbate de potassium (gnocchis, yaourts aromatisés ou aux fruits, madeleines...), le métabisulfite de potassium (alcool, fruits secs...), l'erythorbate de sodium (jus de fruits, conserves de poisson...), et les acétates (sauces industrielles, condiments...) correspondent respectivement à une augmentation de 22 %, 26 %, 20 %, 21 % et 25 % du risque de cancer du sein.

«Une canette de Coca Light et une galette de maïs tortilla chaque jour»

Les mécanismes biologiques sous-jacents à l'origine de cette hausse restent encore à expliquer, même si les premières données issues *«d'études expérimentales mettent en avant une potentielle augmentation de la prolifération cellulaire, une altération des voies métaboliques, un effet pro-inflammatoire ou encore une altération des voies de signalisation [pouvant modifier] les réponses immunitaires et ou inflammatoires»,* développe la doctorante Anaïs Hasenböhler, première autrice des travaux.

L'équipe a également identifié douze conservateurs dont une consommation élevée est associée à un risque accru de diabète de type 2. Sont notamment concernés le sorbate et le métabisulfite de potassium, comme pour les cancers, mais aussi les acides citrique et phosphorique, couramment ajoutés dans les sodas. Pour ces derniers, les chercheurs ont noté une incidence accrue du diabète de type 2, à hauteur de 29 % et 39 %. Selon Mathilde Touvier, une habitude alimentaire préoccupante pouvant favoriser l'apparition de cette maladie serait, par exemple, de consommer *«une canette de Coca Light et une galette de maïs tortilla chaque jour».*

En conclusion, l'Inserm recommande que les autorités sanitaires compétentes, et en premier lieu l'Autorité européenne de sécurité des aliments, se lancent dans une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs par l'industrie agroalimentaire. En attendant, les consommateurs n'ont qu'une seule chose à faire : limiter autant que possible les *«additifs superflus»,* préconise la coordinatrice des travaux.

322825 - CISION 374253079

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

En France, les aliments industriels représentent en moyenne un tiers de l'apport énergétique quotidien chez les adultes, et environ la moitié chez les enfants, d'après les données fournies par l'enquête Esteban de Santé publique France.

© 2026 Libération. Tous droits réservés.

322825 - CISION 374253079

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

Femme Actuelle

www.femmeactuelle.fr

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **11280000**
Sujet du média : **Lifestyle**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Anne Xaillé**
Nombre de mots : **1511**

Visualiser l'article

Cancer et diabète : l'alerte des chercheurs sur ces additifs alimentaires consommés quotidiennement - et comment s'en protéger

Une consommation plus élevée d'additifs alimentaires conservateurs, largement utilisés dans les aliments et les boissons transformés, est associée à une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2, selon deux nouvelles études.

© Wiphop Sathawirawong - iStockPhoto

Les conservateurs sont des additifs , très largement utilisés par l'industrie agroalimentaire pour **prolonger la durée de conservation des aliments.** Leur rôle est de freiner le développement des micro-organismes et de protéger les produits de l'oxydation, tout en préservant leurs qualités nutritionnelles.

Parmi les trois millions et demi d'aliments et de boissons répertoriés dans la base de données Open Food Facts World en 2024, plus de 700 000 contiennent au moins une de ces substances. Si ces additifs prolongent la durée de vie des aliments, des études expérimentales ont déjà suggéré que certains conservateurs pourraient endommager les cellules et l'ADN et avoir des effets indésirables sur le métabolisme, mais les liens entre ces additifs et le risque de cancer et de diabète de type 2 restent à établir.

Une étude majeure pour ré-évaluer les doses maximales autorisées des additifs alimentaires

322825 - CISION 374253002

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Afin d'en savoir plus, une équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Cress-Eren) a étudié les conservateurs matérialisés sur les emballages par les codes européens E200 à E299 pour les conservateurs non antioxydants et E300 à E399 pour les conservateurs antioxydants. Pour mener son étude, l'équipe s'est appuyée sur les données (médicales, hygiène de vie, alimentation...) communiquées entre 2009 et 2023 par une cohorte composée de plus de 100 000 adultes français participant à l'étude NutriNet-Santé . Les chercheurs ont particulièrement étudié **17 conservateurs** consommés par au moins 10% des participants.

Son objectif ? Examiner les liens entre l'exposition à ces conservateurs et le risque de diabète de type 2 et de cancer. Leurs résultats font l'objet de deux publications distinctes : l'une dans *The BMJ* , l'autre dans la revue *Nature Communications* . *"Il s'agit* ***des deux premières études au monde*** *sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2. Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés",* souligne Mathilde Touvier, directrice de recherche Inserm, coordinatrice de ces travaux.

A noter qu'il ne s'agit pas ici de quantifier une augmentation de risque de maladie à long terme mais de lister pour chacun des conservateurs étudiés, les pourcentages d'augmentation de risque entre les "gros" consommateurs et les moindres consommateurs. *In fine* , l'objectif est de pouvoir mieux réglementer leur utilisation et de confirmer les conseils de prévention. *"* ***Ces travaux vont permettre d'affiner les ré - évaluations de ces additifs avec potentiellement des conséquences sur l'interdiction de certaines substances*** *ou la diminution des doses maximales autorisées par les industriels".*

Conservateurs alimentaires et risque de cancer : un risque plus élevé pour les consommateurs réguliers

Selon l'étude du BMJ, la consommation de 6 conservateurs alimentaires sur 13 étudiés est associée à un risque accru de cancer au global et de cancer du sein spécifiquement, entre les plus forts consommateurs et les plus faibles. Les chercheurs, ont comparé **les risques en fonction de la quantité de produits industriels consommés** . Ainsi, pour chacun des conservateurs étudiés, leurs résultats permettent de comparer le pourcentage de risque associé selon que l'on est " petit", ou " grand" consommateur de produits transformés.

Par exemple, pour le sorbate de potassium, une consommation plus élevée est associée à une augmentation de 14 % du risque global de cancer et à une augmentation de 26 % du risque de cancer du sein, comparativement à une consommation la plus faible ; les sulfites , que l'on retrouve notamment dans les fruits et légumes, sont associés à une augmentation de 12 % du risque global de cancer. En ce qui concerne le nitrite de sodium, il est associé à une augmentation de 32 % du risque de cancer de la prostate , tandis que le nitrate de potassium est associé à une augmentation du risque de cancer en général (13 %) et de cancer du sein (22 %). Parmi les conservateurs antioxydants, seuls les érythorbates totaux et l'érythorbate de sodium spécifique se sont avérés associés à une incidence plus élevée de cancer au global (12 %) et du sein (21 %), révèle encore cette étude.

Conservateurs alimentaires et diabète de type 2 : ce que montre cette étude

Selon la deuxième étude, publiée dans Nature Communications, une consommation plus élevée de conservateurs alimentaires est également associée à un risque accru de diabète de type 2. *" Des consommations plus élevées d'additifs conservateurs au global, de conservateurs non-antioxydants et d'additifs*

322825 - CISION 374253002

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

antioxydants étaient associées à une incidence accrue de diabète de type 2, respectivement de 47 %, 49 % et 40 %, comparé aux plus faibles niveaux de consommation" souligne le communiqué de presse.

Sur les 17 conservateurs étudiés individuellement, une consommation plus élevée de 12 d'entre eux était associée à un risque accru de diabète de type 2 : des conservateurs alimentaires non antioxydants largement utilisés tels que le sorbate de potassium (E202), le métabisulfite de potassium (E224), le nitrite de sodium (E250), l'acide acétique (E260), l'acétate de sodium (E262) et le propionate de calcium (E282) ainsi que des additifs antioxydants : ascorbate de sodium (E301), alpha-tocophérol (E307), érythorbate de sodium (E316), acide citrique (E330), acide phosphorique (E338) et extraits de romarin (E392).

Qui sont les "gros consommateurs" d'additifs alimentaires, les plus exposés au diabète et au cancer ?

Une personne qui consomme de temps en temps des nuggets ou du jambon, qui contiendraient des conservateurs, tels que des nitrites, est-elle considérée comme forte consommatrice ? *"Non, ce n'est pas une boîte de nuggets de temps en temps, mais bien* ***un apport quotidien et régulier qui est considéré comme une consommation élevée*** *",* précise la coordinatrice de l'étude.

En résumé, *"ce ne sont pas des consommations aberrantes, dans le sens où ce ne sont pas des consommations extrêmes - boire 3L de soda par jour ou consommer 1Kg de jambon par jour - mais des consommations que l'on peut atteindre dans le cadre d'une alimentation classique, avec un côté répété tous les jours."*

Conservateurs dans les aliments transformés : que faire pour s'en protéger ?

Ces nouvelles données viennent s'ajouter à d'autres en faveur " *d'une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs alimentaires par l'industrie alimentaire afin d'améliorer la protection des consommateurs",* commente Anaïs Hasenböhler, doctorante à l'Eren qui a réalisé ces études .

Et par ailleurs, elles justifient une fois de plus les recommandations du Programme national Nutrition (PNNS) santé faites aux consommateurs *" de privilégier les aliments frais et peu transformés et de* ***limiter autant que possible les additifs superflus"*** *,* ajoute Mathilde Touvier. Dans ces nouvelles études, on retrouve des augmentations de risque avec les additifs contenus dans les charcuteries, les plats tout prêts, les pâtisseries et crèmes glacées industrielles, les sauces préparées, notamment.

En clair par précaution, il est préférable de **privilégier les aliments sans additif ou avec la liste la plus courte d'additifs, comme le recommande le PNNS et donc de limiter les aliments ultra-transformés.** *"En pratique, si vous êtes devant un rayon et choisissez une pâtisserie industrielle, il faut choisir les produits avec le moins d'additifs possible"* .

Enfin, les chercheuses conseillent d'étendre cette **vigilance aux conservateurs naturels** . *"Ce n'est pas parce que c'est naturel que c'est bon pour la santé".*

A l'inverse, la meilleure façon d'éviter les additifs est **de cuisiner "maison"** . De fait, en cuisinant avec des

322825 - CISION 374253002
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

produits frais de saison, des aliments en conserve ou surgelés non préparés comme des légumes nature ou des filets de poisson, il est possible de limiter notre consommation d'aliments ultra-transformés.

Les aliments ultra-transformés

• Les sodas classiques et light, les boissons énergisantes,

• les produits industriels comme les cordons bleus, les bâtonnets et nuggets à base de volaille, de poisson, ou de viande reconstituée,

• la charcuterie avec nitrites,

• les nouilles instantanées et les soupes de légumes déshydratés,

• la plupart des pains et brioches industriels,

• les barres de céréales et «énergétiques»,

• les gâteaux et biscuits industriels,

• la plupart des margarines,

• les boissons lactées aromatisées, les desserts sucrés à base de fruits additionnés de sucres, d'arômes artificiels et d'agents texturants,

• les barres chocolatées contenant généralement des émulsifiants,

• la plupart des légumes assaisonnés avec des sauces prêtes à l'emploi,

• les galettes végétales (substituts de viande) contenant des additifs (texturants, exhausteurs de gout...),

• les chewing-gums et bonbons avec colorants ou édulcorants,

• ou encore les substituts de repas et de plats en poudre et les aliments (yaourts, boissons, biscuits...) édulcorés.

Sources :

• Deux nouvelles études suggèrent une association entre la consommation de conservateurs et un risque accru de cancer et de diabète de type 2, conférence de presse et communiqué de presse Inserm, INRAE, Université Sorbonne Paris Nord, Université Paris Cité et Cnam, au sein de l'Équipe de recherche en épidémiologie nutritionnelle (Cress-Eren), 8 janvier 2026.

• Associations between preservative food additives and type 2 diabetes incidence in the NutriNet-Santé prospective cohort, *Nature communications* , 7 janvier 2026

• Intake of food additive preservatives and incidence of cancer: results from the NutriNet-Santé prospective cohort, *The BMJ* , 8 janvier 2026

• Les aliments transformés, pourquoi moins en manger ? PNNS

322825 - CISION 374253002
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

NOTRE TEMPS

www.notretemps.com

Famille du média : **Médias spécialisés grand public**
Audience : **1933793**
Sujet du média : **Lifestyle**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **399**

Visualiser l'article

Alimentation: le risque de cancer et de diabète augmente avec certains conservateurs

La consommation de certains conservateurs, très présents dans l'alimentation, est associée à une fréquence légèrement plus importante de cancers et de diabètes, montrent deux études françaises de grande ampleur, publiées jeudi.

Il existe "de multiples associations entre des conservateurs largement utilisés dans des aliments et des boissons industriels sur le marché européen (...) et une incidence plus élevée de cancers", notamment du sein et de la prostate, selon la première de ces études, publiée dans la revue BMJ.

La seconde, réalisée par la même équipe de l'Inserm et publiée dans la revue Nature Communications, conclut à des "associations entre une plus grande incidence de diabète de type 2, et une consommation plus élevée de plusieurs conservateurs très employés".

Ces deux études ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces pathologies et la consommation des additifs concernés, mais elles apportent des indices importants en ce sens, par leur méthodologie robuste.

Les chercheurs, emmenés par l'épidémiologiste Mathilde Touvier, se sont appuyés sur l'étude d'une large cohorte de Français -plus de 100.000 personnes-, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs - mais représente, au niveau collectif, un nombre élevé de malades supplémentaires vu la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

L'ensemble de ces résultats plaide pour des politiques de santé publique qui promeuvent des produits "limitant l'usage de conservateurs et d'additifs superflus", jugent les chercheurs, dans un contexte où les effets négatifs des aliments ultratransformés sont de mieux en mieux documentés.

322825 - CISION 374252999

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

MEDIAPART

www.mediapart.fr

Famille du média : **Médias d'information générale (hors PQN)**
Audience : **2966000**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **-**
Nombre de mots : **702**

Visualiser l'article

Cancers, diabète... Les soupçons sanitaires s'accentuent sur plusieurs conservateurs alimentaires

Sulfites, nitrites, sorbates... Très présents dans les aliments industriels, ces additifs sont soupçonnés depuis des années de favoriser l'apparition de certaines pathologies. Deux importantes études françaises montrent aujourd'hui qu'ils sont associés à un plus grand risque de cancers et de diabète.

« Ce n'est pas parce qu'on va consommer des produits avec des conservateurs qu'on va avoir tout de suite un cancer, mais il faut limiter la fréquence de l'exposition à ces produits », estime auprès de l'AFP Mathilde Touvier, l'épidémiologiste qui a supervisé ces deux études. « Le message pour le grand public, c'est, face à un rayon de supermarché, de privilégier les aliments les moins transformés. »

Les conclusions de ces études, réalisées par la même équipe de l'Inserm et publiées jeudi dans les revues BMJ et Nature Communications, doivent être interprétées avec prudence, au regard de l'ampleur modérée des risques observés. Néanmoins, ces travaux sont d'une robustesse inédite.

« Ces résultats pourraient avoir des implications importantes en matière de santé publique, au vu de l'omniprésence des conservateurs dans une large gamme d'aliments et de boissons », conclut l'étude publiée dans Nature Communications, qui se concentre sur le risque de diabète.

Ces publications s'inscrivent dans un contexte où les risques sanitaires de nombreux aliments industriels sont de mieux en mieux documentés, mais où leur régulation fait encore l'objet de divergences politiques.

En France, la publication d'un plan stratégique sur l'alimentation et le climat a, ainsi, été bloquée à la dernière minute à l'automne, en raison de désaccords gouvernementaux sur les risques représentés par les aliments ultratransformés. Par contraste, le Royaume-Uni vient d'interdire en journée les publicités télévisées pour certains aliments industriels.

Dans ce contexte, les deux études publiées jeudi apportent d'importants éléments de réponse. C'est la première fois que des chercheurs parviennent à distinguer de manière aussi précise les risques associés à chaque conservateur.

Les chercheurs se sont basés sur l'étude d'une large cohorte de Français - plus de 100.000 personnes -, suivis pendant plusieurs années avec des questionnaires très réguliers sur leur alimentation ainsi que des données précises sur la composition des produits consommés.

- Des risques « mal évalués » -

Ils en concluent que la consommation de plusieurs conservateurs - en particulier les sorbates, les sulfites et les nitrites - est associée à une plus grande fréquence de cancers. L'association la plus forte concerne le nitrite de sodium (E250) et le cancer de la prostate, dont le risque est augmenté d'environ un tiers.

Ce degré de risque reste limité au niveau individuel - à titre de comparaison, le tabagisme multiplie par plus de 15 le risque de cancer du poumon chez les gros fumeurs. Mais, au niveau collectif, il représente un nombre élevé de malades supplémentaires, au vu de la présence importante de ces additifs dans l'alimentation.

322825 - CISION 374252991

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Et, par rapport au cancer, les risques associés aux conservateurs apparaissent parfois plus marqués pour le diabète. Ainsi, la consommation régulière de sorbate de potassium (E202) est associée à une fréquence deux fois plus élevée de cette pathologie.

Certes, malgré la solidité de leur méthodologie, ces travaux ne permettent pas de conclure à un mécanisme direct de cause à effet entre ces problèmes de santé et la consommation des additifs concernés.

Les sulfites, par exemple, sont principalement présents dans des boissons alcoolisées, comme le soulignent deux chercheurs n'ayant pas participé à ces études, Xinyu Wang et Edward Giovannucci, dans un commentaire publié dans la même édition du BMJ. Difficile donc de faire la part des choses entre l'effet de ces conservateurs et celui, très bien documenté, de l'alcool lui-même.

Qui plus est, rappellent-ils, « les conservateurs présentent d'importants bénéfices en prolongeant la durée de vie des produits et en réduisant le coût de l'alimentation (...) pour les plus modestes ».

Mais l'emploi de ces additifs est « très fréquent et souvent mal évalué, alors que leurs effets à long terme sont incertains », notent ces chercheurs. L'étude de l'Inserm plaide d'ailleurs pour une réévaluation de leur encadrement avec, notamment, « des limites plus strictes quant à leur usage ».

Agence France-Presse

322825 - CISION 374252991
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

Web FRA

l'Humanité

www.humanite.fr

Famille du média : **PQN (Quotidiens nationaux)**
Audience : **554042**
Sujet du média : **Actualités-Infos Générales**

8 Janvier 2026
Journalistes : **Jessica Stephan**
Nombre de mots : **731**

Visualiser l'article

Malbouffe : les conservateurs augmentent les risques de cancer et de diabète de type 2

Très présents dans les aliments ultratransformés, certains additifs utilisés pour prolonger la durée de vie des produits ont un lien avec le cancer et le diabète de type 2, selon deux études rendues publiques le 8 janvier.

Pour le nitrate de potassium (E252), l'augmentation est de 13 % du risque de cancer en général, et de 22 % du risque de cancer du sein.
© KERMALO/REA

L'alimentation a un impact sur la santé. Une consommation plus élevée de conservateurs, des substances ajoutées aux aliments transformés industriellement , est ainsi associée à une augmentation du risque de cancer et de diabète de type 2. Des chercheurs de l'Inserm, de l'Inrae, des universités Sorbonne Paris Nord et Paris Cité et du Cnam ont mené deux études, reposant sur plus de 100 000 participants, dans le cadre de la cohorte de suivi au long cours NutriNet Santé. Les résultats, rendus publics le 8 janvier, plaident pour limiter la consommation - et la présence dans les produits - d'additifs.

Ainsi, selon leurs travaux, une consommation plus élevée de nitrite de sodium (souvent désigné sous l'appellation E250), très présent dans les viandes transformées et notamment la charcuterie, est associée à une augmentation de 32 % du risque de cancer de la prostate.

Pour le nitrate de potassium (E252), l'augmentation est de 13 % du risque de cancer en général, et de 22 % du risque de cancer du sein. Quant aux sulfites, des antioxydants présents dans le vin mais aussi les jus de fruits ou encore les fruits et légumes secs, une consommation plus élevée est associée à une hausse de 12 % du risque global de cancer.

322825 - CISION 374252987

Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.

« Les conservateurs sont omniprésents sur le marché français »

Et ce ne sont pas les seules substances concernées : les chercheurs ont analysé dix-sept conservateurs. Côté diabète, les résultats sont tout aussi inquiétants : une consommation plus élevée de douze des dix-sept conservateurs que les chercheurs ont étudiés individuellement était associée à un risque accru de diabète de type 2.

Or, échapper à ces additifs conservateurs n'est pas si facile. D'abord, parce qu'une consommation équivalente à la moyenne du groupe qui en consommait le plus est rapidement atteinte. À titre d'exemple, en moyenne et par jour : l'équivalent d'une boîte de nuggets, ou d'un soda light et une galette de maïs.

« Ce sont des consommations qui ne sont pas aberrantes, au sens où ce ne sont pas des gens qui vont boire trois litres de soda par jour ou consommer 1 kg de jambon par jour. Ce sont des consommations qu'on peut atteindre dans une alimentation classique », prévient Mathilde Touvier, directrice de recherche à l'Inserm et coordinatrice des deux études. Avant de nuancer : c'est la fréquence et la récurrence qui sont en cause, pas une consommation occasionnelle.

Surtout, ces substances sont très présentes dans l'alimentation : un produit industriel sur cinq répertoriés dans la base de données Open Food Facts contient des additifs de type conservateur. *« (Ils) sont omniprésents sur le marché français et sur le marché européen. La plupart sont aussi utilisés et autorisés sur le marché américain ou canadien »* détaille Mathilde Touvier.

« Il faut agir au niveau réglementaire »

Sans compter les autres additifs et les potentiels effets cocktails. Car les conservateurs, qui visent à prolonger la durée de vie des produits en les protégeant contre l'oxydation ou les bactéries, ne sont pas les seuls additifs présents, particulièrement dans les produits ultratransformés - dont la texture ou encore la couleur peuvent être modifiées via ces substances.

Les auteurs des deux études appellent à continuer les travaux : *« Il s'agit des deux premières études au monde sur les liens entre additifs conservateurs et incidence de cancer et de diabète de type 2. Bien que les résultats de ces deux études doivent être confirmés, ils concordent avec les données expérimentales suggérant des effets néfastes de plusieurs de ces composés »,* indique Mathilde Touvier.

Il est donc recommandé de privilégier les aliments pas ou peu transformés, et de se renseigner sur la composition des produits. Mais les actions individuelles ne suffisent pas. *« Il faut agir au niveau réglementaire »,* déclare Mathilde Touvier. Anaïs Hasenböhler, doctorante à Paris 13 qui a réalisé ces études, abonde : *« Ces nouvelles données s'ajoutent à d'autres en faveur d'une réévaluation des réglementations régissant l'utilisation générale des additifs alimentaires par l'industrie alimentaire afin d'améliorer la protection des consommateurs. »*

322825 - CISION 374252987
Tous droits de reproduction et de représentation réservés au titulaire de droits de propriété intellectuelle.
L'accès aux articles et le partage sont strictement limités aux utilisateurs autorisés.