*Astuces & Conseils*

# Tumeurs Neuroendocrines & Alimentation

* Innover pour mieux soigner

En partenariat avec :

APTED UniLaSalle Terre & Sciences

IPSEN Innovation for patient care*

# Les TNE **en bref** [1,2]

**Les Tumeurs NeuroEndocrines (TNE) sont rares, susceptibles de naître en tout point de l'organisme et caractérisées par leur capacité à sécréter des hormones. La majorité d'entre elles touche les organes digestifs comme l'intestin grêle et le pancréas : on parle alors de TNE digestives.**

Elles peuvent affecter l'alimentation comme la digestion et avoir un impact sur la capacité de notre organisme à extraire et absorber les nutriments (composants élémentaires) des aliments. Les manifestations induites peuvent être accentuées par certains effets liés aux traitements médicaux ou à l'impact d'une chirurgie.

Un patient atteint d'un cancer et notamment d'une TNE présente un risque de dénutrition ce qui peut entraîner des conséquences sur l'évolution de la maladie et l'efficacité des traitements. **Un suivi nutritionnel régulier comme une alimentation adaptée sont souhaitables.**

**Privilégier certains aliments** ou adapter ses pratiques culinaires pourrait être une aide pour **améliorer son quotidien** face aux douleurs abdominales, nausées, diarrhées ou en cas de constipation. Il en est de même pour les TNE fonctionnelles qui peuvent s'accompagner de troubles spécifiques comme les flushs et les diarrhées lors d'un syndrome carcinoïde.

Une prise en charge **diététique** et **nutritionnelle** pourrait réduire vos symptômes (liés à la maladie et/ou au traitement) et **améliorer votre qualité de vie**. Cette brochure vous propose des **astuces & conseils** qui pourraient vous être utiles.

L'alimentation ne saurait en aucun cas se substituer au traitement médical proposé par votre médecin. Les bénéfices potentiels peuvent varier d'un individu à l'autre. Dans tous les cas, **consulter votre médecin** pour des informations détaillées et propres à votre cas.

# SOMMAIRE


**Adapter son alimentation** *est essentiel* /4

**S'alimenter** *de façon* **équilibrée** /5

**L'alimentation** *au cours du* **cancer** /12

**S'alimenter** *en cas de* **TNE** /19

**Questions** *supplémentaires et* **conseils** *associés* /24

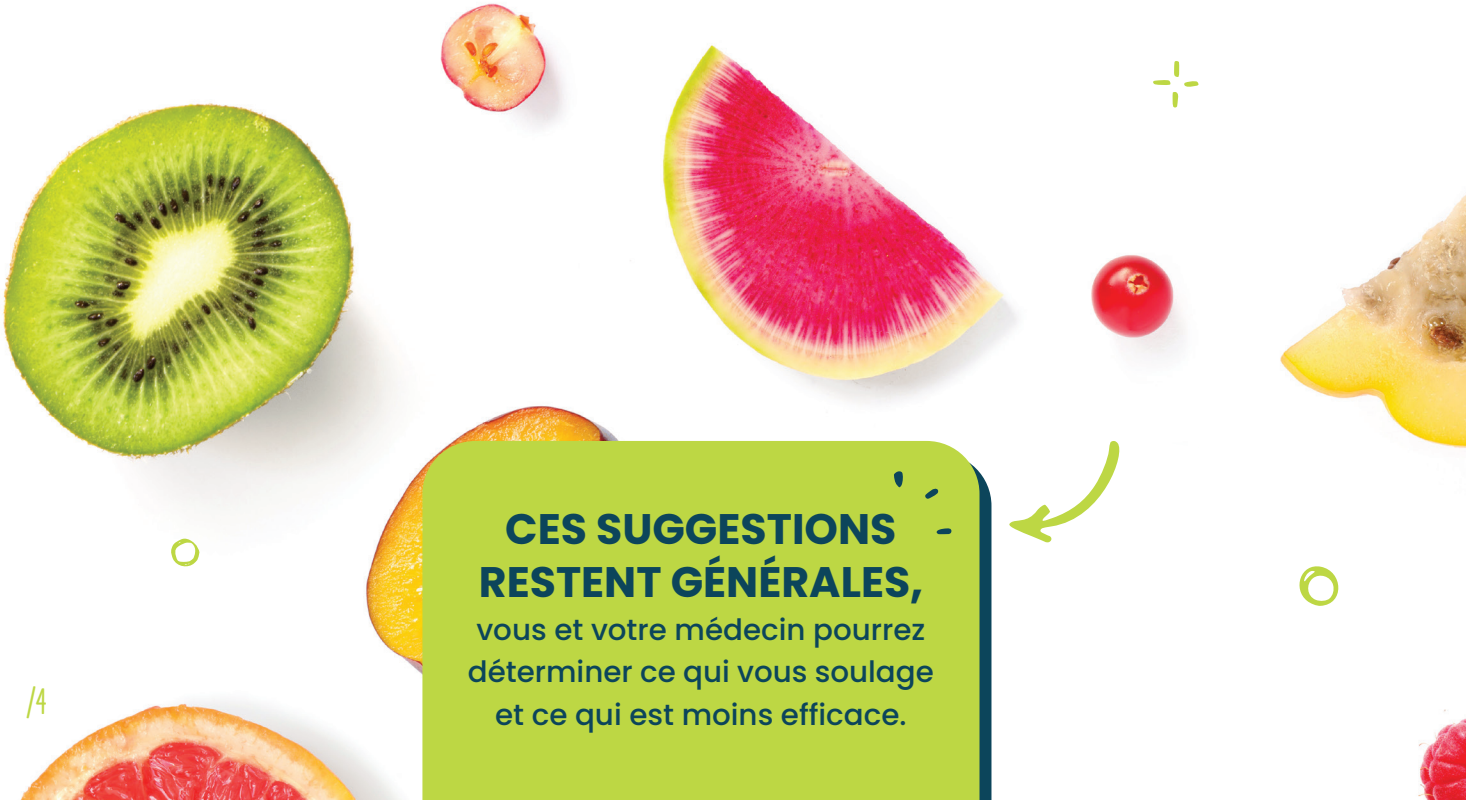
**Contacts utiles** *pour en savoir plus* /26

**Bibliographie** /27

# Adapter son alimentation est essentiel

Face aux manifestations les plus fréquentes liées à la tumeur et/ou au(x) traitement(s) (diarrhée, constipation, nausées-vomissements, fatigue, manque d'appétit, etc.), les recommandations nutritionnelles peuvent contribuer à les atténuer [3], sauf contre-indication médicale ou allergie.

Pour les tumeurs sécrétoires, cependant, il faudra prendre en compte l'impact spécifique des hormones produites, avec **une approche symptôme par symptôme.**



**CES SUGGESTIONS RESTENT GÉNÉRALES,**
vous et votre médecin pourrez déterminer ce qui vous soulage et ce qui est moins efficace.

# S'alimenter de façon équilibrée

## Qu'est-ce qu'une alimentation équilibrée ?

Notre corps a besoin d'un **apport d'énergie** (mesuré en calories) **quotidien,** suffisant mais pas excessif, variable selon la taille, le poids, l'âge et l'activité de chaque personne [4].

### Pour avoir une alimentation équilibrée, IL EST RECOMMANDÉ DE [4] :

- Faire au moins **3 repas par jour** ;
- **Varier les aliments** pour éviter les carences ;
- **Bien mâcher** ;
- **Faire durer le repas** au moins 20 minutes ;
- **Limiter** les aliments trop **gras** et trop **sucrés** ;
- **Boire** suffisamment d'eau au cours de la journée.

**Manger équilibré,** c'est manger de tout en quantité suffisante et raisonnable.

## Quels sont les constituants de base de notre alimentation & quel est leur rôle ?

**L'organisme a besoin d'éléments de base, contenus en proportions variables dans les aliments.**

Tous sont nécessaires [4] :

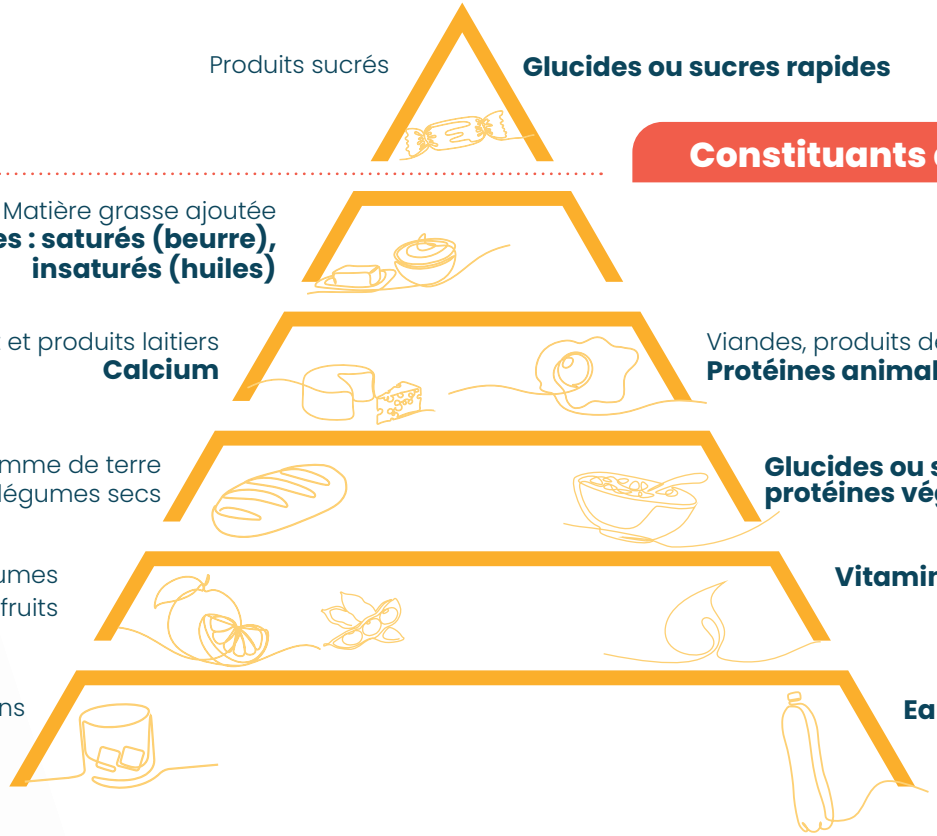
- protides (ou protéines),
- glucides (ou sucres),
- lipides (ou graisses),
- vitamines et minéraux.

Il est donc important d'avoir une alimentation **variée** et **équilibrée** [4].

L'eau de notre corps est éliminée en permanence par la respiration, transpiration, les urines et selles : **elle doit absolument être remplacée** [4].

**Pensez à boire suffisamment :**
au moins **1,5 à 2 litres**
d'eau **par jour**.

# Pyramide alimentaire & principaux groupes d'aliments 2020 [5]



**Activité physique**
**30 minutes de marche** rapide (ou équivalent) par jour

## Quel est le rôle des fruits & légumes dans nos repas quotidiens ?

Les **fibres** contenues dans les légumes et fruits **régulent le transit intestinal**. Consommées crues, les fibres accélèrent le transit ; **cuites**, elles sont **moins irritantes** [4].

Les **fruits** et **légumes** sont **riches en vitamines**, **en minéraux** et permettent une variété de saveurs, pour conjuguer santé et plaisir [6]. Il faut en consommer **au moins 5 par jour** (3 portions de légumes et 2 de fruits) [6,7].

De plus, il est recommandé de consommer **une petite poignée de fruits à coque** (noix, noisettes, amandes et pistaches non salées, etc.) **par jour**, **riches en acides gras polyinsaturés** et en particulier en **oméga 3** (noix) [6].

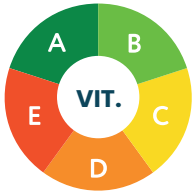
Manger au moins
**5 fruits et légumes**
**par jour**

## Qu'est-ce qu'un micronutriment et à quoi sert-il ?

Notre alimentation notamment les **fruits** et **légumes**, contient une grande variété d'éléments qui, sans nous fournir de calories, sont essentiels au **bon fonctionnement de notre organisme** : ce sont les **micronutriments**, présents en faibles quantités et indispensables au bon équilibre nutritionnel.

**Ils jouent des rôles multiples et complémentaires mais sont de natures très diverses [8] :**

- Vitamines ;
- Minéraux (potassium, calcium, sodium, magnésium, phosphore…) ;
- Oligo-éléments (fer, cuivre, zinc, sélénium) et toute une famille de composés apportés principalement par les fruits et les légumes [8].



Les fruits et légumes sont des **sources de nutriments et de vitamines**

## Où trouver des micronutriments [9] ?

| Nutriments | Sources par ordre d'importance |
|---|---|
| **Fibres** | Céréales complètes, fruits secs, légumineuses, fruits (figues, pommes non pelées), légumes (carottes), fruits à coque (noix, noisettes, amandes) |
| **Protéines** | Légumineuses |
| **Sélénium** | Céréales |
| **Zinc** | Céréales complètes, légumineuses, fruits à coques, maïs, riz |
| **Thiamine (vitamine B1)** | Céréales, pommes de terre, légumes |
| **Niacine (vitamine B3)** | Pommes de terre |
| **Vitamine B6** | Pommes de terre |
| **Folates (vitamine B9)** | Légumes feuilles verts (épinards, choux, salades), haricots verts, petits pois |
| **Vitamine C** | Poivrons, petits fruits rouges (cassis), agrumes, kiwis, tomates, pomme de terre |
| **Caroténoïdes pro-vitaminiques A** | Légumes orange (carottes), légumes feuilles verts, tomates, oranges, abricots, pêches, fruits de la passion |
| **Vitamine E** | Huiles végétales, fruits à coque, céréales complètes, légumes feuilles vert-foncé, fruits |
| **Vitamine K** | Légumes feuilles verts |

## Où trouver des sels minéraux [10] ?

| Aliments | Calcium | Fer | Iode | Magnésium | Potassium |
|---|---|---|---|---|---|
| Lait et produits laitiers | ✓ | | | | |
| Viandes, charcuteries, abats | | ✓ | | | |
| Poissons | | | ✓ | | |
| Céréales complètes | | ✓ | | ✓ | |
| Fruits, pommes de terre | | | | | ✓ |
| Légumes et salades | | | | ✓ | ✓ |
| Légumes secs | ✓ | ✓ | | ✓ | |
| Eaux minéralisées | ✓ | | | ✓ | |

# **L'alimentation** au cours du cancer

## Quelles sont les habitudes alimentaires recommandées et pourquoi ?

**Différents facteurs nutritionnels** (excès de poids, alimentation, manque d'activité physique, consommation d'alcool) **augmentent le risque de cancer**. Des données plus récentes montrent qu'ils agissent aussi sur le pronostic de la maladie, la qualité de vie associée et les risques de récidives ou de seconds cancers [11].

**C'est pourquoi, les dernières recommandations nutritionnelles pour les patients atteints de cancers comportent les mesures suivantes [11] :**

- Évaluer **l'état nutritionnel** tout au long du parcours de soins
- Mettre en place un **accompagnement nutritionnel** si nécessaire
- Suivre et contrôler le **poids**
- Adapter l'**alimentation**
- Contrôler la **consommation de boissons alcoolisées**
- Pratiquer une **activité physique régulière**, si besoin adaptée, éviter la sédentarité
- Ne pas recourir aux **compléments alimentaires** en cas d'indication médicale
- Ne pas recourir aux **extraits et décoctions de champignons et plantes**
- Éviter les **régimes restrictifs** (hors indication médicale) et le jeûne thérapeutique

Pensez à **suivre votre poids** et évitez les régimes et le jeûne

## Pourquoi parle-t-on de dénutrition et qu'est-ce que cela signifie ?

Au cours du cancer, une des complications possibles est la dénutrition qui interfère avec le traitement et augmente le risque de mortalité. C'est pourquoi sa prévention/prise en charge est essentielle [12].

**Une perte de poids est anormale si elle est supérieure à 5 % en 1 mois ou 10 % en 6 mois par rapport au poids habituel [12].**

## Quelques conseils pour limiter les risques de dénutrition [12]

- Fractionner les repas, disposer d'**"en cas"** et de collations de haute densité énergétique*, **manger ce qui fait envie**, **adapter les horaires des repas** pour écourter le jeûne nocturne
- Maintenir une **activité physique**
- Boire **suffisamment**
- Prendre les repas dans une **ambiance confortable et détendue**, dans une pièce aérée
- Prendre des **petits déjeuners** plus **copieux**
- Sauf en cas de prise de poids, consommer autant que possible des **aliments caloriques et riches en protéines** tels que les **viandes**, **poissons**, **œufs** et **produits laitiers**, consommer des **potages** ou purées enrichis sans excès avec de la crème, du beurre, ou du fromage, et des desserts enrichis avec du miel, du sucre ou de la confiture
- Soigner **la présentation** des aliments

**Tout conseil diététique** en cas de dénutrition doit être personnalisé

* Exemples : enrichir les collations à l'aide de lait en poudre, de jaune d'œuf, de fromage, de beurre, de crème fraiche [13]

## Comment mieux vivre certains symptômes/effets indésirables via l'alimentation ?

Si votre appétit diminue, si le goût des aliments se modifie, si des **troubles digestifs apparaissent**, ou si l'alimentation devient difficile, des solutions correctives pourraient exister et vous aider à **garder le plaisir de manger** [14].

Choisir les aliments qui vous conviennent le mieux, **remplacer ceux qui accentuent les intolérances** sont des solutions à adapter à votre situation particulière, en tenant compte de vos goûts ou habitudes et des contraintes imposées par votre état de santé [14,15].

## Quelques conseils pour prévenir ou gérer des nausées/vomissements [15]

### Nausées

- **Fractionnez les repas :** 3 repas/j. et de petites collations pour un total de 5-6 prises
- **Mangez si l'envie survient**, même en dehors des horaires conventionnels de repas
- Évitez les **plats à odeurs fortes** (type poisson, agneau…), aliments épicés, très gras ou trop sucrés
- Préférez les **aliments froids** ou à température ambiante
- **Buvez régulièrement** en petites quantités et non pas en une seule fois
- **Mangez lentement** et mastiquez bien
- Restez en **position assise** après le repas

### Vomissements

- Mangez en **petites quantités** des **aliments solides** (exemples : pain, pain au lait, pâtes, purée…) et choisissez les aliments "plaisir"
- Rincez-vous la bouche à l'eau froide et **attendre une à deux heures** avant de manger

## Quels sont les aliments à privilégier/éviter en cas de diarrhées ?

Il n'est pas rare de souffrir de **diarrhée**. Il est recommandé d'avoir une alimentation adaptée pour compenser les pertes d'eau, de minéraux, éviter la déshydratation et "ralentir" le transit intestinal [14].

### Quelques conseils pour prévenir ou gérer des diarrhées [15]

- **Buvez beaucoup d'eau,** soit environ 2 l. par jour, des jus de fruits sans la pulpe (sauf le jus de pruneaux), des **jus de légumes filtrés** comme le jus de carottes et des bouillons de légumes filtrés salés
- Prenez des **repas fractionnés** et **légers**, soit 5 à 6 repas au cours de la journée
- **Évitez** le thé et le café forts et tout ce qui peut **favoriser la production de gaz** (type boissons gazeuses, chewing-gums…) La consommation de sodas est autorisée, si vous les débullez
- **Limitez les aliments riches** en matières grasses comme les fritures et les plats en sauce
- **Réduisez les produits laitiers** (lait, laitages, crèmes desserts…) et préférez le lait à teneur réduite en lactose
- **Choisissez plutôt des féculents** (riz, pâtes, semoule, tapioca, ou bien encore la carotte cuite, banane)
- **Supprimez les fibres alimentaires** (exemples : fruits frais, choux ou légumes secs)

## Quels sont les aliments et/ou gestes à privilégier ou éviter en cas de constipation ?

La **constipation** peut être induite par les **antidouleurs** ou **certaines chimiothérapies** [11]. Quelques gestes peuvent vous aider.

### Quelques conseils pour prévenir ou gérer une constipation [15]

- **Buvez au moins 1,5 litres d'eau par jour** ou des bouillons de légumes, jus de fruits frais (exemple : prenez à jeun un verre de jus d'oranges pressées).
- **Faites si possible de l'exercice physique** (marche ou gymnastique abdominale). Un kinésithérapeute peut vous aider.

## Comment adapter son alimentation en cas de troubles du goût ?

La perception de la saveur des aliments peut se trouver **altérée** par certains traitements, ce qui induit une baisse de la consommation alimentaire avec **perte d'appétit**. Une production de salive insuffisante, épaisse ou ayant mauvais goût peut en être la cause [14].

**En cas de perte du goût** : il convient de donner de la saveur aux aliments en ajoutant sel, sucre, citron ou des aromates [16].

### Quelques conseils pour prévenir ou gérer des troubles du goût [14]

- Un **goût désagréable** dans la bouche ? Avant de manger, **rincez votre bouche** à l'eau gazeuse citronnée
- Les **aliments semblent amers** ? Supprimez les viandes rouges, et remplacez-les par des viandes blanches du poisson, des œufs, quenelles, quiches, pizzas, soufflés au fromage et des laitages
- Soignez la présentation des aliments
- Maintenez une activité physique
- Les **aliments semblent trop salés** ? Cuisinez sans sel, évitez les aliments déjà salés par eux-mêmes
- Un **goût métallique** dans la bouche ? Commencez le repas par une boisson acidulée. Préférez les poissons, œufs et laitages aux viandes
- Les **repas paraissent fades** ? Recherchez les aliments forts en goût (fromages fermentés, jambon fumé…) et utilisez largement les herbes aromatiques, épices et aromates

## À qui parler de mon alimentation pour me faire aider ?

Les **conseils alimentaires** doivent être adaptés à chaque situation en tenant compte de **votre état de santé, vos goûts, et de vos habitudes**. Il ne faut pas hésiter à rencontrer **un(e) diététicien(ne)** de votre équipe de soins référente, qui vous donnera des propositions personnalisées et pourra vous expliquer ce qui est le mieux adapté à vos besoins [14].

Une **consultation nutritionnelle** précoce doit si possible être intégrée à votre parcours de soins et **peut être proposée par votre médecin référent** [17].

## Place d'une évaluation nutritionnelle [17]

**Évaluation nutritionnelle → Apport alimentaire adéquat**

**Buts**

- Meilleure tolérance au traitement
- Meilleure réponse au traitement
- Meilleure qualité de vie

**RÉSULTATS CLINIQUES AMÉLIORÉS**

# S'alimenter en cas de TNE

## Existe-t-il des recommandations spécifiques selon les troubles ?

Une **TNE fonctionnelle** peut se manifester par des **troubles du transit**, une **diarrhée** d'intensité variable associée ou non à des **flushs**. Les conséquences peuvent être multiples : perte d'appétit voire dénutrition en raison d'apports quotidiens insuffisants, déficit en vitamines voire intolérance alimentaire [18].

### Plusieurs conseils pour une alimentation quotidienne saine et équilibrée s'appliquent [18] :

- **Augmenter la consommation de protéines** (car il existe un déficit en tryptophanes)
- **Prévoir 5 à 10 portions** de fruits, légumes et produits céréaliers complets pour un apport adapté en macro et micronutriments
- **Privilégier les aliments riches en vitamines et en minéraux** (pour limiter le risque de déficit)
- **Réduire la consommation d'aliments riches en graisse** (pour limiter leur quantité dans les selles et améliorer le contrôle de la diarrhée)
- **Éviter de consommer de l'alcool**
- **Réduire** la consommation de **sel** et de **sucres** transformés

## Un régime alimentaire méditerranéen est-il adapté ?

Le **régime méditerranéen** est considéré comme bénéfique en termes de santé et peut être un exemple d'alimentation à privilégier en cas de TNE.

### Exemple de régime méditerranéen riche en fruits et légumes pour les patients atteints de TNE [18]

- **Produits laitiers***
- **Œufs, poissons & volaille**
- **Légumineuses, noix et graines**
- **Fruits** (produits frais de saison de préférence)
- **Céréales complètes**
- **Légumes** (produits frais de saison de préférence)

- **Pas d'alcool**
- **Pas de fèves, éviter les arachides, les noix de coco ou les noix du Brésil**
- **Viande rouge restreinte et viande transformée**
- **Limiter la consommation de sel et de sucres raffinés**
- **Pas de poisson ou de viande fumé, salé ou mariné**

**Exercice quotidien et contrôle du poids**

* Exclure ou limiter en présence de symptômes gastro-intestinaux

## Quels aliments faut-il éviter lors des tumeurs fonctionnelles ?

**Chaque patient ou situation est unique** en termes de manifestations et d'aliments potentiellement à éviter. Certains aliments riches en "**amines** [19]**" peuvent déclencher des manifestations de type syndrome carcinoïde, à savoir des diarrhées/flushs. Ces réactions seraient liées à des concentrations élevées en amines aux propriétés vasoactives. Ces aliments potentiellement déclencheurs de symptômes **sont donc à éviter** [18].

### Aliments riches en amines

(à éviter)

- **Fromages "vieillis" (cheddar, camembert, stilton...)**
- **Foie de volaille**
- **Boissons alcoolisées**
- **Poisson ou viande fumé, salé, mariné (hareng, salami, saucisse, corned beef...)**
- **Fèves, choucroute, pâte de crevettes, produits à base de soja, soupe miso, sauce soja, tofu**
- **Extraits de levure, levure de bière, protéines hydrolisées**

### Aliments à teneur faible en amines

(à consommer avec modération)

- **Boissons contenant de la caféine, café, sodas**
- **Chocolats**
- **Noisettes, cacahouètes, noix du brésil**
- **Avocats, bananes, framboises**

La liste ci-dessus est donnée à titre indicatif.

** Amines : composés organiques dérivés de l'ammoniac

## Quels aliments faut-il éviter en cas de dosage du 5-HIAA ?

Le dosage du **5-HIAA** urinaire sur les urines de 24 heures est l'un des examens usuels de suivi biochimique des TNE. Il permet de **doser le métabolite de la sérotonine**.

Certains aliments sont riches en **tryptophane** (précurseur de la sérotonine) et peuvent donc interférer avec ce dosage. Ils seront à supprimer **3 jours avant le début** puis **durant la période de recueil des urines**. N'hésitez pas à vous renseigner au préalable auprès de votre médecin ou laboratoire d'analyses [20,21].

### Exemple d'aliments à supprimer avant un dosage 5-HIAA [21]

- **Boissons :** café, thé, chocolat, cacao, vin, bière, alcool, jus d'orange
- **Fruits :** bananes, avocats, ananas, prunes, oranges, raisins, pamplemousses, figues, citron, kiwi, fraises
- **Fruits secs :** noisettes, amandes, pignons, cacahuètes, pistaches, pruneau
- **Viandes/ poissons :** noix, noisettes, amandes, pignons, cacahuètes, pistaches, pruneaux
- **Légumes :** tomates, aubergines, fèves
- **Fromages :** gruyère, emmenthal, brie, camembert, fromages fermentés
- **Tous les desserts** lactés parfumés à la vanille, chocolat sous toutes ses formes

## Pourquoi est-ce important d'avoir un apport suffisant en micronutriments ?

Les **carences en micronutriments** induites par la maladie et/ou le traitement peuvent avoir un impact sur l'**évolution d'une TNE** et le **risque de complications**. Il est donc nécessaire de s'assurer que votre alimentation est adaptée avec un **apport optimal en micronutriments**, tels que le **sélénium** par exemple.

Une éventuelle complémentation diététique à mettre en place sera **multi-vitaminique** (Vit. A, B6, C, D...) et **multi-minérale** à des doses physiologiques (zinc, sélénium, acide folique...) [22,23].

Cette prise en charge est **adaptée à chaque patient** selon sa situation par son équipe soignante référente TNE.

## Mon régime alimentaire peut-il interagir avec mon traitement ?

Certains aliments **peuvent interagir** avec certains médicaments prescrits pour le traitement de votre TNE. C'est le cas des thérapies ciblées avec différents aliments : **pamplemousse**, **camomille**, **canneberge**, **ail**, **ginseng**, extrait de **thé vert**, **poivre**, **soja**. Ces interactions sont dues à leur métabolisation par le foie.

Par ailleurs, un **repas gras pourrait interagir** avec certaines thérapies ciblées et chimiothérapies.

Le traitement lui-même peut être à l'origine d'une insuffisance pancréatique avec des "selles grasses" [24].

Vous devez consulter votre médecin afin qu'il vous indique quels aliments sont à éviter en fonction de votre traitement.

# **Questions** supplémentaires et conseils associés

## Quel est l'intérêt du jeûne ou d'un régime en cas de TNE ?

À l'heure actuelle, il n'y a **aucune preuve** d'un effet protecteur du jeûne et des régimes restrictifs (restriction calorique, protéique glucidique, ou régime cétogène) ni en prévention ni pendant la maladie.

À l'inverse, cela peut même être **dangereux** avec un risque d'aggravation en raison de la **perte de poids** et de **masse musculaire**, deux facteurs pronostiques essentiels [25,26].

## Pourquoi les aliments fermentés peuvent être utiles en cas de diarrhée ?

Les **aliments fermentés** comme les yaourts, le lait, féculents, céréales… sont **plus digestes** que les mêmes aliments **non fermentés**. Des études suggèrent que l'**adjonction de bactéries issues de ferments lactiques**, contribue à **diminuer l'intensité** et la **durée des diarrhées aiguës**, en complément d'une prise en charge médicale adaptée [27,28].

## Pourquoi la pomme crue râpée est-elle bénéfique contre la diarrhée ?

**La pomme** est riche en pectine, une substance qui **tapisse les parois de l'intestin** favorisant l'épaississement des selles. En cas de diarrhée, elle est recommandée sous forme de **compotes ou râpée**. Si elle est mangée crue (et sans peau pour éviter les fibres cellulosiques irritantes pour l'intestin), elle devra être **bien mâchée** pour la fractionner en petites particules, sinon elle serait assimilée moins facilement et pourrait **causer des douleurs** [29].

## Existe-t-il des mesures spécifiques en cas de diarrhées "sécrétoires" ?

Classiquement, un **régime pauvre en fibres** et **résidus** améliore la diarrhée [18]. **Des repas fréquents** de type collation sont à privilégier, **en laissant les aliments à température ambiante** avant de les consommer. Les sodas/boissons sucrées sont à éviter car ils peuvent aggraver la diarrhée comme les aliments contenant du **lactose** [18]. Le recours aux probiotiques peut se discuter.

En cas de diarrhées avec "selles grasses", **votre médecin uniquement pourrait vous prescrire des extraits d'enzymes pancréatiques** qui pourraient être utiles pour plus de confort au quotidien, au même titre qu'une supplémentation vitaminique pour **limiter tout risque de déficit** [18].

# **Contacts** utiles pour en savoir plus

- Institut national du cancer (INCa) **www.e-cancer.fr**
- Arcagy **www.arcagy.org/infocancer**
- Société nationale française de gastro-entérologie (SNFGE) **www.snfge.org**
- Fédération francophone de cancérologie digestive (FFCD) **www.ffcd.fr**
- Fondation aide et recherche en cancérologie digestive (ARCAD) **www.fondationarcad.org**
- Groupe coopérateur multidisciplinaire en oncologie (GERCOR) **www.canceronet.com**
- Unicancer **www.unicancer.fr**
- Réseau NACRe (réseau National Alimentation Cancer Recherche) **www.inra.fr**
- Association APTED : Association de Patients porteurs de Tumeurs Endocrines Diverses **www.apted.fr**
- Groupe d'étude des tumeurs endocrines GTE **www.reseau-gte.org**
- Vite fait, bienfaits - Reprendre goût à la vie UniLaSalle **www.vite-fait-bienfaits.fr**

# Bibliographie


1) Gustave Roussy. Livret Infos patients Les tumeurs neuroendocrines. 2020. [en ligne]. https://www.gustaveroussy.fr/fr/system/files/docutheque/livret-tumeurs-neuro-endocrines-2020.pdf (consulté le 01/10/2021).

2) Laing E, *et al.* Investigating nutrition-related complications and quality of life in patients with gastroenteropancreatic neuroendocrine tumors: protocol for a mixed-methods prospective study. JMIR res Protoc 2018,7(12):e11228.

3) Laing E, *et al.* Nutritional complications and the management of patients with gastroenteropancratic neuroendocrine tumors. Neuroendocrinology 2020;110:430-41.

4) Ligue contre le cancer. L'alimentation de l'adulte traité pour un cancer. Quelques conseils pratiques. 2006.

5) La pyramide alimentaire 2020 : plus équilibrée et plus durable. [en ligne]. Centre régional d'éducation pour la santé Provence - Alpes-Côte d'Azur http://www.cres-paca.org/arkotheque/client/crespaca/thematiques/detail_document.php?ref=31714&titre=la-pyramide-alimentaire-2020 (consulté le 18/10/21).

6) Recommandations fruits et légumes, bons pour la santé. [en ligne]. https:// www.mangerbouger.fr/Les-recommandations/Augmenter/Les-fruits-etlegumes (consulté le 01/10/2021).

7) L'essentiel des recommandations sur l'alimentation 2019. Santé publique France. [en ligne]. https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-desante/ nutrition-et-activite-physique/documents/depliant-flyer/lessentiel- des-recommandations-sur-l-alimentation (consulté le 01/10/2021).

8) L'essentiel sur les micronutriments de notre alimentation. Mutualité Françaises Lorraine 2014. [en ligne]. https://grandest.mutualite.fr/outils/lessentiel-micronutriments-de-alimentation/ (consulté le 01/10/21).

9) Amiot-Carlin MJ. Sources de nutriments et repères de couleurs Dossier Fruits et légumes. Le plein de vitamines Jardins de France Janv Févr 2017:10-11.

10) Les sels minéraux et les oligoéléments. Vidal sept 2019. [en ligne]. https://www.vidal.fr/sante/nutrition/corps-aliments/sels-minerauxoligoelements.html (consulté le 18/10/21).

11) INCa. Impact des facteurs nutritionnels pendant et après le cancer. Rapport INCa NACRe Septembre 2020.

12) Fiche Prévenir la dénutrition au cours du cancer et son traitement. Réseau NACRe 2016. [en ligne]. https://www6.inrae.fr/nacre/Pendant-le-cancer/ Prevenir-la-denutrition-au-cours-du-cancer-et-son-traitement (consulté le 01/10/21).

13) Livret Conseils pour enrichir votre alimentation. CHU Nice 2008. [en ligne]. https://www6.inrae.fr/nacre/content/download/3455/36647/file/Livretconseils-enrichir-alimentation.pdf (consulté le 18/10/21).

14) Alimentation et cancer : comment s'alimenter pendant les traitements Ligue contre le cancer 2017.

15) Fiche Conseil nutritionnels adaptés aux effets secondaires de la chimiothérapie Institut Curie Unité diététique mai 2011. [en ligne]. https://institutcurie.org/sites/default/files/medias/documents/201903/Chimiothérapie%20%26%20conseils%20nutritionnels.pdf (consulté le 01/10/21).

16) Fiche Alimentation et cancer : tenir compte des troubles du goût et de l'alimentation. NACRe Mars 2016. [en ligne]. https://www6.inrae.fr/nacre/ Pendant-le-cancer/Tenir-compte-des-troubles-du-gout-et-de-lalimentation (consulté le 01/10/21).

17) Aprile G, *et al.* The clinical value of a nutritional care before and during active cancer treatment. Nutrients 2021;13,1196:1-11.

18) Artale S, *et al.* Role of diet in the management of carcinoid syndrome: Clinical recommendations for nutrition in patients with neuroendocrine tumors. Nutrition and Cancer 2020:1-11.

19) Dictionnaire médical. [en ligne]. https://www.dictionnaire-medical.fr/definitions/632-amine/ (consulté le 03/11/21).

20) Corcuff JB, *et al.* Urinary sampling for 5HIAA and metanephrines determination: revisiting the recommendations Endocrine Connections 2017;6:R87–R98.

21) Fiche Dosage 5 HIAA urinaire des 24 heures Régime alimentaire. [en ligne]. https://ipcnet-projets.ipc.unicancer.fr/metiers/tne/rcp-regionale/Documents/cond%20prelt%205HIAA.pdf (consulté le 01/10/21).

22) Ströhle A, *et al.* Nutrition in oncology: the case of micronutrients (Review). Oncology Reports 2010;24, 815-28.

23) Gröber U, *et al.* Micronutrients in oncological intervention. Nutrients 2016, 8,163;1-30.

24) Poblocki J, *et al.* The neuroendocrine neoplasms of the digestive track: diagnosis, treatment and nutrition. Nutrients 2020;12, 1437: 1-21.

25) Amiot MJ., Coxam C. Vitamines et minéraux, micronutriments essentiels Dossier Fruits et légumes, le plein de vitamines - Jardins de France 645 -Janvier-février 2017.

26) Jeûner avant une chimiothérapie : bonne ou mauvaise idée ? Dossier de presse SNFEP www.sfncm.org/images/stories/communique_presse/DP_Jeune_therapeutique.pdf ( consulté le 18/10/2021).

27) Sazawal S, *et al.* Efficacy of probiotics in prevention of acute diarrhoea: a meta-analysis of masked, randomised, placebo-controlled trials. Lancet Infectious Diseases 2006; 6:374-82.

28) Diarrhée aigue Nutrition et produits laitiers frais. Lettre scientifique et pratique de Syndifrais Juin 2016. [en ligne]. https://www.syndifrais.com/ actualites-la-diarrhee-aigue-lettre-nutrition-numero-6,32.html (consulté le 01/10/21).

29) Complément alimentaire : pectine. Vidal. [en ligne]. https://www.vidal. fr/parapharmacie/complements-alimentaires/pectines.html (consulté le 01/10/21).

*Nous remercions*
*l'association de patients APTED*
*et les chercheurs d'UniLaSalle*
*pour leur contribution dans le cadre*
*de l'élaboration de ce livret.*

SOMT-FR-000908 – Novembre 2021

* Innover pour mieux soigner

En partenariat avec :

APTED UniLaSalle Terre & Sciences

IPSEN Innovation for patient care*