Université de Poitiers

Faculté de Médecine et de Pharmacie

Ecole de Sages-Femmes de Poitiers

Les différentes méthodes de protection hygiénique en France :
Etude des pratiques et de la satisfaction des utilisatrices

Mémoire présenté

Par Mlle COUTON Lydie

Née le 10/02/1995

En vue de l'obtention du diplôme d'Etat de Sage-femme

Année 2021

Directeur de mémoire : Anaïs AILLOT, sage-femme hospitalière au CHR d'Orléans la Source.

Université de Poitiers

Faculté de Médecine et de Pharmacie

Ecole de Sages-Femmes de Poitiers

Les différentes méthodes de protection hygiénique en France :
Etude des pratiques et de la satisfaction des utilisatrices

Mémoire présenté

Par Mlle COUTON Lydie

Née le 10/02/1995

En vue de l'obtention du diplôme d'Etat de Sage-femme

Année 2021

Directeur de mémoire : Anaïs AILLOT, sage-femme hospitalière au CHR d'Orléans la Source.

REMERCIEMENTS

Je tiens à remercier Madame Anaïs AILLOT, sage-femme au Centre Hospitalier Régional d'Orléans la Source, d'avoir accepté d'encadrer cette étude. Merci pour son immense soutien, sa grande aide dans la construction et l'élaboration de ce projet. Merci pour sa constante présence et ses précieux conseils qui ont permis son aboutissement.

Je remercie Madame Sylvie GUINOT, directrice de l'école de Sage-femme de Poitiers et référente de ce mémoire d'avoir supervisé ce projet et d'avoir apporté un œil avisé sur la construction et la rédaction de cet écrit. Merci de m'avoir porté jusqu'à la fin de ces études de Sage-femme et encore après.

Je remercie également Madame Julia DEPARIS, sage-femme enseignante de l'école de Sage-femme de Poitiers, pour son analyse et pour tout le temps accordé à la réalisation de ce mémoire. Merci d'avoir veillé à son bon déroulement.

Une pensée pour mes proches pour leur motivation et bonne humeur communicatives, tout particulièrement Léa, Raphaëlle, Julie, Tiphanie, Amélie, Cindy.

Et merci à ma famille qui a toujours été présente à mes côtés pendant toutes ces années, merci de m'avoir soutenue, encouragée et motivée dans toutes ces épreuves. Je vous en suis très reconnaissante.

SOMMAIRE

1. INTRODUCTION 5

2. METHODOLOGIE 7

2.1. Les objectifs de l'étude 7

2.2. Le schéma d'étude 7

2.3. La population d'étude et la durée de l'étude 7

2.4. Les critères d'inclusion 8

2.5. Les critères d'exclusion 8

2.6. Les critères de jugement 8

2.7. Les outils de recueil de données 8

2.8. L'analyse statistique 9

2.9. Les aspects éthiques et réglementaires 9

3. RESULTATS 10

3.1. Diagramme de flux 10

3.2. Description de la population 10

3.3. Pratiques et usages des utilisatrices 17

3.4. Profil des différentes utilisatrices 19

4. DISCUSSION 20

4.1. Principaux résultats de l'étude 20

4.2. Cohérence interne 21

4.3. Cohérence externe 22

5. CONCLUSION 27

6. BIBLIOGRAPHIE 28

7. ANNEXES 33

8. RESUME ET MOTS CLES 46

9. SOMMARY AND KEYWORDS 47

1. INTRODUCTION

Les produits de protection hygiénique sont des produits de grande consommation utilisés par les femmes à partir de l'âge des premières règles, en moyenne vers 12,6 ans d'après l'INED (Institut National d'Etudes Démographiques) (1), afin d'absorber le flux menstruel lors de la période de menstruations. Il existe ainsi sur le marché différents types de protections intimes comme les serviettes hygiéniques pouvant être à usage unique ou réutilisables, les tampons hygiéniques, les coupes menstruelles, les culottes menstruelles ou encore les éponges menstruelles. Une autre méthode pouvant être utilisée par les femmes se distingue des protections hygiéniques classiques : la pratique du flux instinctif libre, qui consiste à retenir ses règles puis à laisser couler le sang de manière régulière une fois aux toilettes par un contrôle volontaire de ses muscles (2).

En matière d'hygiène intime, les femmes ont besoin de méthodes de protection hygiénique efficaces, sûres et accessibles chaque mois pour mener une vie saine et productive. La question de la précarité menstruelle en France a récemment fait l'objet d'une étude en mars 2019 menée par l'association Dons Solidaires (3). Partie du constat que les protections hygiéniques sont la première demande des associations, elle a voulu mettre en lumière cette problématique et en mesurer ses impacts sur la vie d'une femme. A ce jour, 1,7 millions de Françaises seraient victimes de précarité menstruelle d'après des chiffres de l'IFOP (Institut Français d'Opinion Publique) publiés en 2019 (4). Ces dernières années ont vu se lancer plusieurs initiatives bénévoles ainsi que gouvernementales pour lutter contre ce phénomène, soutenir la santé menstruelle et lever le tabou des règles (5)(6)(7)(8).

Par ailleurs, une autre question s'est lourdement posée : celle sur la sécurité des produits de protection intime ; les utilisatrices étant soucieuses de connaître la composition et les risques relatifs aux produits commercialisés (9). A l'image de la pétition lancée en France par Mélanie Doerflinger intitulée « rendre visible les compositions des tampons de la marque Tampax » transmise en 2015 au Ministère des Affaires Sociales et de la Santé afin d'alerter sur les risques liés à l'utilisation des tampons hygiéniques (10). Parmi les recommandations de l'Etat figurent aussi des mesures pour lutter contre le manque d'information sur le sujet, à commencer par des informations claires de la part des industriels sur l'utilisation de certaines protections et le risque de choc toxique (11)(12)(13)(14)(15)(16)(17)(18).

La DGCCRF (Direction Générale de la Concurrence, de la Consommation et de la Répression des Fraudes) a mené une enquête en France publiée en mai 2017 visant à contrôler la sécurité des produits d'hygiène féminine (19). L'enquête confirmait la présence, à des concentrations très faibles, de certains résidus chimiques. Pour autant, il n'existe pas de règlementation ou de normes fixant la teneur maximale pour ces substances dans les produits d'hygiène féminine. La DGCCRF a donc saisi l'ANSES (Agence Nationale de la Sécurité sanitaire, de l'Alimentation, de l'Environnement et du Travail) d'une évaluation de risques dont elle publie le résultat en 2019 (20)(21). Elle s'appuie alors sur une enquête réalisée en 2017 auprès d'un échantillon de 1065 femmes françaises réglées et âgées de 13 à 50 ans. Les résultats de l'étude montrent que la serviette hygiénique reste le choix prédominant des femmes, notamment des jeunes femmes, avec tout de même une importante mixité d'utilisation. Elle met en évidence une insuffisance des mesures d'hygiène et une méconnaissance des risques associés, plus particulièrement du syndrome du choc toxique. L'ensemble des répondantes a nettement exprimé un souhait d'information sur tous ces points (symptômes, compositions, mesures d'hygiène et de port). Dans le même temps, les femmes interrogées considèrent à priori les professionnels de santé comme des sources d'information de premier plan et de confiance.

Au-delà de l'enjeu de santé publique s'ajoute un enjeu économique et écologique. Les tampons et les serviettes hygiéniques font partie des méthodes de protection hygiénique les plus courantes, cependant, il existe d'autres techniques de plus en plus utilisées de nos jours qui se trouvent être plus économiques et écologiques, comme la coupe menstruelle ou les culottes et serviettes hygiéniques lavables (22)(23)(24)(25)(26)(27)(28)(29). Selon une étude réalisée au Canada en 2011 (30), il a été déterminé qu'une femme utilisait en moyenne 13 tampons par cycle soit 169 par an. Au total, il était estimé à 771.248.400 le nombre de serviettes et tampons hygiéniques utilisés par an pour toutes les Canadiennes âgées de 20 à 39 ans. Ce résultat témoigne qu'il existe donc un impact écologique concernant la prise en charge de ces déchets non recyclables mais également un impact économique, les produits menstruels non réutilisables représentant environ 37,44 dollars par an et par femme, soit environ 1 500 dollars de la puberté à la ménopause.

Nous nous rendons compte que les paramètres influençant le choix des femmes en matière de protection intime sont multiples. S'enquérir du bien-être des femmes dans ce

domaine s'avère être un sujet d'actualité auquel une large partie de la population se sent concernée que ce soit d'un point de vue sanitaire, environnemental, économique ou social.

Au vu des données de la littérature, l'hypothèse posée est que les serviettes hygiéniques jetables et tampons restent les méthodes les plus utilisées en France car elles sont davantage connues de la population générale et plus facilement accessibles dans le commerce. Par ailleurs, des nouvelles méthodes se démocratisent progressivement, comme la coupe menstruelle ou les culottes et serviettes hygiéniques lavables, dans un mouvement écoresponsable.

2. METHODOLOGIE

2.1. Les objectifs de l'étude

Principal : Faire un état des lieux des différentes méthodes de protection hygiénique utilisées par les femmes en France.

Secondaires :

- Identifier les facteurs choix en matière d'hygiène féminine.
- Evaluer la satisfaction des utilisatrices.
- Comparer le profil des utilisatrices.

2.2. Le schéma d'étude

Il s'agit d'une étude observationnelle transversale descriptive.

2.3. La population d'étude et la durée de l'étude

La population d'étude concerne toutes les femmes, réglées, françaises et résidant en France métropolitaine et en département d'outre-mer.

L'étude a été réalisée du 11 juin 2020 au 11 juillet 2020.

2.4. Les critères d'inclusion

Ont été incluses les femmes françaises domiciliées en France métropolitaine et département d'outre-mer, ayant leurs règles et ayant consenti à répondre librement au questionnaire de l'étude.

2.5. Les critères d'exclusion

Ont été exclues de l'étude les femmes n'ayant pas la nationalité française, non domiciliées en France, ménopausées ou en aménorrhée secondaire.

2.6. Les critères de jugement

Le critère de jugement principal tend à dresser une représentation globale de l'usage des différentes méthodes de protection hygiénique et du profil des utilisatrices grâces à des données :

- Sociodémographiques : âge, nationalité, lieu de résidence, niveau d'étude, catégorie socio-professionnelle, statut marital.
- Gynécologiques : âge des premières règles, régularité des cycles, abondance des saignements, type de contraceptif.
- Comportementales : type de protection utilisé, habitude d'usage, motivations et freins, source d'information.

Les critères de jugement secondaires concernent l'expérience des utilisatrices et l'évaluation de la satisfaction globale : avantages et inconvénients et échelle de satisfaction

2.7. Les outils de recueil de données

Les données ont été collectées par l'intermédiaire d'un questionnaire anonyme auto-administré grâce au logiciel Lime Survey diffusé en ligne du 11 juin au 11 juillet 2020 via les réseaux sociaux (Facebook, Instagram).

2.8. L'analyse statistique

Nous avons utilisé le logiciel Epi info version 7© pour l'analyse des données. Les caractéristiques de la population étudiée ont été décrites par leurs effectifs et leurs pourcentages pour les variables qualitatives. Les variables quantitatives ont été présentées par leurs moyennes, leurs écarts-types et leurs valeurs extrêmes.

Afin de comparer les utilisatrices et non utilisatrices, les variables explicatives qualitatives ont été comparées par le test de $\chi 2$ d'indépendance ou celui exact de Fisher lorsque ce dernier était plus approprié. Les variables explicatives quantitatives ont été comparées par le test t de Student. Le seuil de significativité des tests a été fixé à une valeur de $p < 5\%$.

2.9. Les aspects éthiques et réglementaires

Les données ont été collectées par un questionnaire hébergé sur la plateforme Lime Survey (ANNEXE I). Il s'agit d'une plateforme sécurisée proposée par l'université de Poitiers qui s'engage à respecter les recommandations de la Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés (CNIL) et la loi « Informatique et Libertés ». Seuls les sujets désirant participer à l'étude ont rempli le questionnaire après avoir bénéficié d'une information éclairée portant sur :

- L'identité du responsable du traitement des données.
- L'objectif de la collecte d'informations.
- Le caractère non obligatoire de la participation à l'étude.
- Les destinataires des informations.

Le questionnaire était anonyme. Le retour du questionnaire complété par le sujet dans les délais impartis faisait office de consentement pour participer à l'étude.

3. RESULTATS

3.1. Diagramme de flux

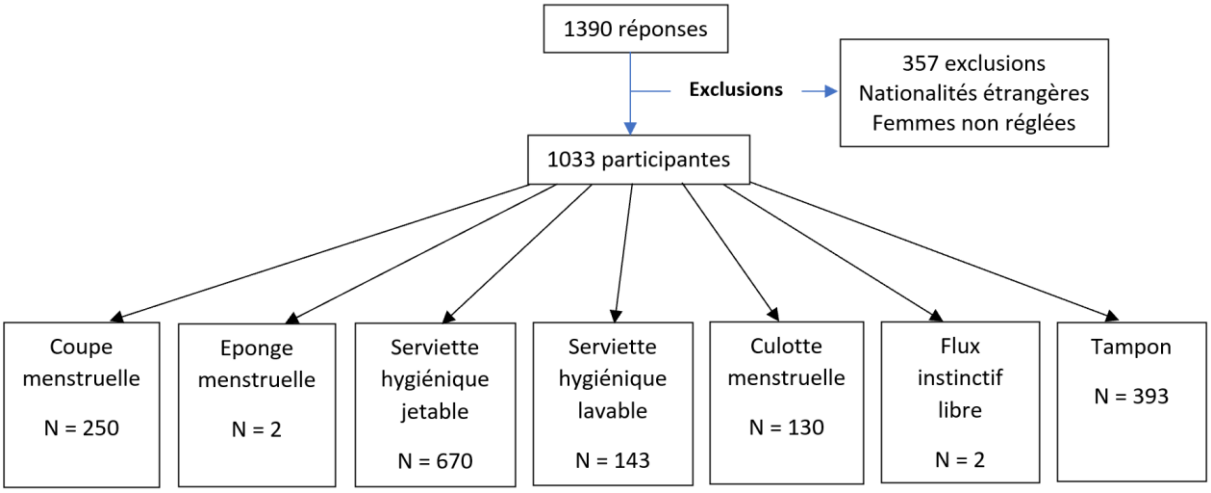


Figure 1 : Flow chart

Sur 1390 réponses au questionnaire, 357 femmes étaient de nationalité étrangère et/ou n'étaient pas ou plus réglées. Ces dernières ont été exclues de l'étude. Nous avons donc inclus 1033 réponses avec 670 utilisatrices de la serviette hygiénique, 393 utilisatrices du tampon, 250 utilisatrices de la coupe menstruelle, 143 utilisatrices de la serviette hygiénique lavable, 130 utilisatrices de la culotte menstruelle, 2 utilisatrices de l'éponge menstruelle ainsi que 2 pratiquant le flux instinctif libre.

3.2. Description de la population

Les utilisatrices des serviettes hygiéniques lavables représentaient le groupe ayant la moyenne d'âge la plus élevée (27,5 ans en moyenne). Les utilisatrices des tampons représentaient le groupe ayant la moyenne d'âge la plus faible (26,4 ans en moyenne).

Pour chacune des protections hygiéniques, les utilisatrices étaient majoritairement en couple (62,3%), âgées entre 20 et 29 ans (69,4%), exerçant dans l'enseignement supérieur (92,8%). La catégorie socio-professionnelle majoritaire était les élèves et étudiants (43,8%) ; les employées (27,7%) ainsi que les cadres et profession intellectuelle supérieure (20,7%) venaient en deuxième et troisième position. Les utilisatrices de serviette hygiénique jetable, coupe menstruelle et serviette hygiénique lavable avaient en moyenne 0,4 enfant et les utilisatrices de tampons et culotte menstruelle avaient en moyenne 0,3 enfant.

	Participantes (n=1033)	%	Serviette hygiénique jetable(n=670)	%	Tampon(n=393)	%	Coupe menstruelle(n=250)	%	Serviette hygiénique lavable(n=143)	%	Culotte menstruelle(n=130)	%
Age (moy ± ET – Min-Max)	27,1 ± 7,6 [14 - 56]		27,1 ± 8,2 [14 -56]		26,4 ± 7,2 [17 - 54]		27,3 ± 6,3 [18 - 52]		27,5 ± 6,8 [18 - 50]		27,0 ± 6,4 [18 - 49]	
Catégorie d'âge*												
14-19 ans	49	4,7	36	5,4	19	4,8	7	2,8	7	4,9	6	4,6
20-29 ans	717	69,4	458	68,4	296	75,3	170	68,0	87	60,8	90	69,2
30-39 ans	172	16,7	101	15,1	48	12,2	58	23,2	40	28,0	28	21,5
40-56 ans	95	9,2	75	11,2	30	7,6	15	6,0	9	6,3	6	4,6
Situation familiale												
En couple	643	62,3	382	57,0	226	57,5	169	67,6	101	70,6	89	68,5
Célibataire	390	37,7	288	43,0	167	42,5	81	32,4	42	29,4	41	31,5
Niveau d'étude												
Primaire	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Collège, CAP, BEP	16	1,6	16	2,4	3	0,8	1	0,4	1	0,7	0	0
Lycée	58	5,6	40	6,0	19	4,8	17	6,8	7	4,9	5	3,9
Enseignement supérieur	959	92,8	614	91,6	371	94,4	232	92,8	135	94,4	125	96,1
Profession												
Agricultrice exploitante	3	0,3	2	0,3	1	0,3	2	0,8	1	0,7	2	1,5
Artisan, commençante, chefs d'entreprise	31	3,0	14	2,1	9	2,3	13	5,2	8	5,6	7	5,4
Cadre et profession intellectuelle supérieure	214	20,7	118	17,6	84	21,4	57	22,8	38	26,6	25	19,2
Employée	286	27,7	188	28,1	98	24,9	76	30,4	31	21,7	33	25,4
Ouvrière	3	0,3	2	0,3	1	0,3	0	0	1	0,7	0	0
Retraitée	2	0,2	0	0	1	0,3	1	0,4	0	0	1	0,8
Sans profession	42	4,1	19	2,8	13	3,3	12	4,8	11	7,7	6	4,6
Elèves et étudiantes	452	43,8	118	48,8	186	47,3	89	35,6	53	37,1	56	43,1
Parité (moy ± ET – Min-Max)	0,4 ± 0,9 [0 – 5]		0,4 ± 0,9 [0 – 5]		0,3 ± 0,8 [0 – 4]		0,4 ± 0,8 [0 – 4]		0,4 ± 0,9 [0 – 4]		0,3 ± 0,8 [0 – 3]	

Tableau II : Différents types de protection hygiénique

	Participantes(n=1033)	%
Type de protection		
Serviette hygiénique jetable	670	64,9
Tampon	393	38,0
Coupe menstruelle	250	24,2
Serviette hygiénique lavable	143	13,8
Culotte menstruelle	130	12,6
Eponge menstruelle	2	0.2
Flux instinctif libre	2	0,2
Protection utilisée la journée		
Serviette hygiénique jetable	512	49,6
Tampon	324	31,4
Coupe menstruelle	229	22,2
Serviette hygiénique lavable	97	9,4
Culotte menstruelle	95	9,2
Protection utilisée la nuit		
Serviette hygiénique jetable	656	63,5
Coupe menstruelle	138	13,4
Culotte menstruelle	125	12,1
Serviette hygiénique lavable	113	10,9
Tampon	108	10,5
Protection utilisée au cours d'activité physique		
Tampon	456	44,1
Serviette hygiénique jetable	376	36,4
Coupe menstruelle	228	22,1
Culotte menstruelle	61	5,9
Serviette hygiénique lavable	50	4,8

*Eponge menstruelle et flux instinctif libre ont été exclus car l'effectif était trop faible

**L'effectif est supérieur au nombre total de répondantes car plusieurs types de protections peuvent être utilisés.

La serviette hygiénique était le type de protection le plus utilisé par les répondantes (64,9%). Elle restait la plus utilisée également le jour (49,6%) et essentiellement la nuit (63,5%). Le tampon était la deuxième protection la plus utilisée (38%) ; la coupe menstruelle venait en troisième position (24,2%). Lors d'une activité physique, le tampon était la protection la plus employée (44,1%). Cependant la nuit, il correspondait au type de protection le moins utilisé par les répondantes (10,5%).

La pilule oestroprogestative s'avérait être le moyen de contraception le plus choisi par toutes les participantes en prenant tout type de protection hygiénique confondu (27,8%). Elle représentait la proportion la plus importante pour la serviette hygiénique jetable et le tampon. Toutefois, le stérilet avait lui la proportion d'utilisation la plus importante pour les serviettes hygiéniques lavables, les coupes et culottes menstruelles.

Tableau III : Menstruations et protections

	Participantes(n=1033)	%	Serviette hygiénique jetable(n=670)	%	Tampons(n=393)	%	Coupe menstruelle(n=250))	%	Serviette hygiénique lavable(n=143)	%	Culotte menstruelle(n=130)	%
Age des premières règles (moy ± ET – Min-Max)	12,7± 7, [8 – 18]		12,6 ± 1,5 [8 – 18]		12,9 ± 1,6 [8 – 18]		12,9 ± 1,5 [9 – 17]		12,5 ± 1,5 [9 – 17]		12,6 ± 1,4 [9 – 17]	
Contraception												
Pilule oestroprogestative	287	27,8	192	28,7	134	34,1	50	20,0	21	14,7	23	17,7
Pilule progestative	87	8,4	51	7,6	37	9,4	19	7,6	6	4,2	4	3,1
Stérilet au cuivre	190	18,4	99	14,8	67	17,1	68	27,2	41	28,7	45	34,6
Préservatif	222	21,5	149	22,2	85	21,6	60	24,0	38	26,6	30	23,1
Stérilet à la progestérone	63	6,1	43	6,4	23	5,9	9	3,6	8	5,6	5	3,9
Méthodes naturelles	53	5,1	27	4,0	13	3,3	20	8,0	15	10,5	16	12,3
Implant	29	2,8	24	3,6	8	2,0	3	1,2	5	3,5	3	2,3
Contraception définitive	5	0,5	2	0,3	0	0	3	1,2	1	0,7	2	1,5
Anneau vaginal	7	0,7	4	0,6	1	0,3	4	1,6	0	0	0	0
Diaphragme, cape	3	0,3	1	0,2	0	0	2	0,8	1	0,7	1	0,8
Patch	1	0.1	1	0,2	0	0	0	0	0	0	0	0
Spermicides	2	0,2	1	0,2	0	0	0	0	1	0,7	1	0,8
Pas de contraception	194	18,8	148	22,1	69	17,6	41	16,4	21	14,7	17	13,1
Abondance des saignements												
Faible	133	12,9	84	12,5	50	12,7	26	10,4	20	14,0	13	10,0
Moyenne	279	27,0	360	53,7	217	55,2	135	54,0	63	44,1	64	49,2
Importante	554	53,6	179	26,7	98	24,9	74	29,6	53	37,1	42	32,3
Très importante	67	6,5	47	7,0	28	7,1	15	6,0	7	4,9	11	8,5
Durée des cycles menstruels												
Cycles courts (<21 jours)	96	9,3	71	10,6	46	11,7	18	7,2	5	3,5	8	6,1
Cycles habituels (28 jours en moyenne)	802	77,6	507	75,7	305	77,6	194	77,6	119	83,2	105	80,8
Cycles longs (>35 jours)	135	13,1	92	13,7	42	10,7	38	15,2	19	13,3	17	13,1

*L’effectif est supérieur au nombre total de répondantes car plusieurs types de contraception peuvent être utilisés.

Parmi toutes les participantes, 41,5% s'estimaient bien informées sur leur type de protection hygiénique. Les utilisatrices de la culotte menstruelle (41,5%) et de la serviette hygiénique lavable (42%) se sentaient bien informées. Les utilisatrices de la serviette hygiénique jetable (41,9%), du tampon (42,7%) se sentaient plutôt bien informées voir peu informées. Les principaux moyens de connaissance du produit étaient nécessairement les proches : 63,6% des participantes identifiaient la famille et 35,3% les amis comme étant leur source d'information. Les sites internet représentaient 22,3% des réponses, les revues et médias 20,4% et les réseaux sociaux et blogs 19,8%. Professionnels de santé, écoles et associations correspondaient à moins de 10% des réponses. De manière générale, 51,8% de toutes les participantes cherchaient régulièrement à se renseigner sur leur moyen de protection hygiénique. Les utilisatrices de la coupe menstruelle (77,2%), des culottes menstruelles (86,8%) et des serviettes hygiéniques lavables (83%) étaient une grande majorité à fréquemment se renseigner sur leur moyen de protection hygiénique ; rares étaient celles qui ne s'étaient jamais renseignées (inférieures à 1%). Les utilisatrices de serviettes hygiéniques jetables et de tampons étaient respectivement 41,3% et 43,1% à rechercher couramment des renseignements.

Soixante-treize pour cent des femmes se procuraient leur moyen protection hygiénique en grandes surfaces. Le principal lieu d'acquisition des serviettes hygiéniques jetables (91,3%) et des tampons (90,8%) restait les grandes surfaces. En ce qui concernent les serviettes hygiéniques lavables (61,5%), les coupes menstruelles (50%) ainsi que les culottes menstruelles (85,4%), les utilisatrices se les procuraient majoritairement sur Internet. Les participantes déclaraient rencontrer, pour 11,5% d'entre elles, des difficultés pour se procurer un type de protection hygiénique.

La satisfaction globale pour tout type de protection hygiénique confondu était d'une note de 7,2 sur une échelle allant de 0 à 10. La satisfaction moyenne ciblée sur les femmes utilisant un seul type de protection hygiénique était d'une note de 7,3/10. La coupe menstruelle rencontrait une note de 9,1/10 tandis que la serviette hygiénique était notée à 6,6/10.

Tableau IV : Connaissance sur le type de protection

	Participantes(n=1033)	%	Serviette hygiénique jetable(n=670)	%	Tampons(n=393)	%	Coupe menstruelle(n=250)	%	Serviette hygiénique lavable(n=143)	%	Culotte menstruelle(n=130)	%
Information sur le produit												
Bien informée	427	41,5	124	18,6	68	17,4	97	39,0	60	42,0	54	41,5
Plutôt bien informée	255	24,8	279	41,9	168	42,7	99	39,8	53	37,1	47	36,2
Peu informée	290	28,2	221	33,2	137	35,0	43	17,3	27	18,9	27	20,8
Pas du tout informée	49	4,8	36	5,4	16	4,1	8	3,2	2	1,4	2	1,5
Non concernée	8	0,8	6	0.9	3	0,7	2	0,8	1	0,7	0	0
Moyen de connaissance												
Revues, Médias	211	20,4	142	21,2	88	22,4	50	20,0	26	18,2	27	20,8
Sites internet	230	22,3	88	13,1	52	13,2	124	49,6	68	47,6	69	53,1
Réseaux sociaux, Blogs	204	19,8	75	11,2	46	11,7	104	41,6	63	44,1	83	63,9
Professionnels de santé	66	6,4	47	7,0	33	8,4	17	6,8	6	4,2	5	3,9
Famille	657	63,6	543	81,0	310	78,9	62	24,8	35	24,5	31	23,9
Ecole	98	9,5	84	12,5	56	14,3	4	1,6	5	3,5	4	3,1
Amis	365	35,3	226	33,7	180	45,8	117	46,8	48	33,6	36	27,7
Associations	12	1,2	7	1,0	2	0,5	4	1,6	9	6,3	3	2,3
Renseignement sur le type de protection												
Souvent	531	51,8	275	41,3	168	43,1	193	77,2	117	83,0	112	86,8
Rarement	382	37,2	289	43,4	179	45,9	56	22,4	23	16,3	16	12,4
Jamais	113	11,0	102	15,3	43	11,0	1	0,4	1	0,7	1	0,8
Lieu d'acquisition												
Internet	237	23,0	60	9,0	41	10,4	125	50,0	88	61,5	111	85,4
Grande surface	755	73,1	612	91,3	357	90,8	104	41,6	41	28,7	35	26,9
Magasin Bio	153	14,8	72	10,8	42	10,7	72	28,8	61	42,7	32	24,6
Pharmacie	103	10,0	59	8,8	37	9,4	55	22,0	9	6,3	18	13,9
Fait maison	31	3,0	8	1,2	4	1,0	12	4,8	28	19,6	6	4,6
Association, Don	5	0,5	2	0,3	1	2,3	3	1,2	2	1,4	4	3,1
Non concernée	10	1,0	1	0,2	2	0,5	1	0,4	2	1,4	2	1,5
Difficultés à l'acquisition du produit												
Oui	118	11,5	71	10,6	45	11,5	32	12,8	19	13,3	17	13,2
Non	912	88,5	597	89,4	347	88,5	217	87,2	124	86,7	112	86,8

Tableau V : Satisfaction globale

	Participantes(n=1033)	%	Serviette hygiénique jetable(n=670)	%	Tampons(n=393)	%	Coupe menstruelle(n=250)	%	Serviette hygiénique lavable(n=143)	%	Culotte menstruelle(n=130)	%
Niveau de satisfaction(moy ± ET – Min-Max)	7,2 ± 2,2 [1 – 10]		6,6 ± 2,1 [1 – 10]		6,7 ± 2,2 [1 – 10]		8,3 ± 1,7 [2 – 10]		8,0 ± 1,9 [1 – 10]		8,1 ± 2,0 [1 – 10]	
Période d'utilisation												
*Moins de 6 mois **	75	7,3	15	2,2	7	1,8	17	6,8	16	11,2	26	20,0
Entre 6 mois et 1 an	59	5,7	19	2,8	10	2,5	25	10,0	31	21,7	26	21,5
Plus d'un an	899	87,0	636	94,9	276	95,7	208	83.2	96	67,1	76	58,5
Changement de protection dans les 12 derniers mois												
Oui	202	19,6	77	11,5	68	17,3	65	26,0	62	43,4	77	59,2
Non	831	80,4	593	88,5	325	82,7	185	74,0	81	56,6	53	40,8

Tableau VI : Satisfaction ciblée

	Participantes(n=543)	Serviette hygiénique jetable(n=311)	Tampons(n=95)	Coupe menstruelle(n=81)	Serviette hygiénique lavable(n=27)	Culotte menstruelle(n=29)
Niveau de satisfaction(moy ± ET – Min-Max)	7,3 ± 2,2 [1 – 10]	6,6 ± 2,0 [1 – 10]	7,2 ± 2,3 [1 – 10]	9,1 ± 1,0 [7 – 10]	8,0 ± 2,1 [2 – 10]	8,8 ± 1,4 [5 – 10]

3.3. Pratiques et usages des utilisatrices

Vingt pour cent des participantes déclaraient avoir changé de type protection hygiénique au cours des 12 derniers mois. Avant changement, 60,4% utilisaient la serviette hygiénique jetable, 48,5% utilisaient le tampon. Cinquante pour cent des répondantes opéraient ce changement pour une raison écologique, 36,7% pour un souci de bonne santé et 32,7% pour le confort.

Tableau VII : Raisons d'arrêt d'utilisation du produit

	Participantes (n=202)	%
Protection utilisée avant changement		
Coupe menstruelle	49	24,3
Culotte menstruelle	4	2,0
Serviette hygiénique jetable	122	60,4
Serviette hygiénique lavable	11	5,4
Tampon	98	48,5
Raisons de l'arrêt		
Ecologique	98	50,0
Economique	32	16,3
Praticité	41	20,9
Confort	64	32,7
Sain, sans danger	72	36,7

Les utilisatrices de la serviette hygiénique jetable recherchaient essentiellement le confort (57%), la fiabilité (56%), et la praticité (50%). Ces trois avantages sont retrouvés pour toutes les différentes protections hygiéniques. S'ajoutaient la discrétion (58,5%) et la facilité d'utilisation (50%) pour le tampon. L'avantage écologique ressortait pour les utilisatrices de la coupe menstruelle (72,4%), la serviette lavable (79%) et la culotte menstruelle (78,5%) ainsi que l'aspect sans danger du produit à respectivement 60%, 72,7% et 66,2% et la propriété réutilisable du produit à 66,4%, 70,6% et 71,5%.

Le désavantage majeur identifié par les utilisatrices de la serviette hygiénique jetable (57,3%) et le tampon (59%) était l'aspect non écologique des produits. Cinquante pour cent des utilisatrices du tampon relevaient également l'aspect dangereux du produit. Pour les utilisatrices de la coupe menstruelle (32,4%) et de la serviette hygiénique jetable (33,6%), le principal désavantage était celui des fuites. Pour la culotte menstruelle, elles témoignaient du caractère onéreux du produit pour 46,9% d'entre elles.

Tableau VIII : Avantages et inconvénients

	Serviette hygiénique jetable(n=670)	%	Tampons(n=393)	%	Coupe menstruelle(n=250)	%	Serviette hygiénique lavable(n=143)	%	Culotte menstruelle(n=130)	%
Avantages										
Confort	382	57,0	244	62,1	191	76,4	120	83,9	97	74,6
Discrétion	289	43,1	230	58,5	106	42,4	41	28,7	45	34,6
Ecologique	120	18,0	57	14,5	181	72,4	113	79,0	102	78,5
Economique	219	32,7	125	31,8	54	21,6	30	21,0	23	17,7
Fiabilité	375	56,0	220	56,0	140	56,0	81	56,6	75	57,7
Facile d'utilisation	326	48,7	196	50,0	71	28,4	40	28,0	38	29,2
Facile à trouver	228	34,0	121	30,8	12	4,8	6	4,2	3	2,3
Facile à transporter	216	32,2	156	39,7	29	11,6	14	9,8	10	7,7
Intolérance aux autres produits	28	4,2	8	2,0	10	4,0	10	7,0	11	8,5
Longue durée d'utilisation	96	14,3	63	16,0	108	43,2	46	32,2	48	36,9
Praticité	335	50,0	240	61,1	148	59,2	77	53,9	66	50,7
Non odorant	185	27,6	124	31,6	80	32,0	28	19,6	35	27,0
Réutilisable	71	10,6	36	9,2	166	66,4	101	70,6	93	71,5
Recommandés via avis extérieurs	18	2,7	11	2,8	22	8,8	11	7,7	11	8,5
Renseignements sur la composition du produit	76	11,3	42	10,7	44	17,6	39	27,3	50	38,5
Santé, Sans danger	204	30,5	92	23,4	150	60,0	104	72,7	86	66,2
Désavantages										
Fuites	225	33,6	102	26,0	81	32,4	48	33,6	40	30,8
Inconfort	168	25,1	92	23,4	31	12,4	20	14,0	20	15,4
Intrusif	56	8,4	60	15,3	26	10,4	4	2,8	6	4,6
Non écologique	384	57,3	232	59,0	24	9,6	24	16,8	11	8,5
Non hygiénique	100	14,9	64	16,3	9	3,6	6	4,2	8	6,2
Odorant	166	24,8	75	19,1	23	9,2	18	12,6	18	13,9
Onéreux	181	27,0	116	29,5	42	16,8	41	28,7	61	46,9
Pas discret	93	13,9	29	7,4	11	4,4	19	13,3	12	9,2
Pas pratique	61	9,1	32	8,1	65	26,0	21	14,7	25	19,2
Pas sain, dangereux	228	34,0	195	49,6	30	12,0	13	9,1	14	10,8

3.4. Profil des différentes utilisatrices

Les profils des utilisatrices de chaque type de protection ont été étudiés (ANNEXE II) (ANNEXE III) (ANNEXE IV) (ANNEXE V) (ANNEXE VI). Nous avons pu observer que les utilisatrices de la coupe menstruelle ont significativement plus recours au DIU au cuivre (27,2%) que les utilisatrices d'autres types de protections (15,6%). Le constat était le même pour les utilisatrices de culottes menstruelles et de serviettes hygiéniques lavables. Les utilisatrices de la culotte menstruelle (12,3%) et de la serviette hygiénique lavable (10,5%) avaient également davantage recours aux méthodes naturelles que les utilisatrices d'autres types de protection (4,1% et 4,3%). Au contraire, les utilisatrices de protections hygiéniques réutilisables étaient significativement moins sous pilule oestroprogestative que les autres utilisatrices. Dans cette partie, nous nous sommes essentiellement concentrés sur la notion de contraception, les résultats obtenus étant non significatifs pour la plupart des autres critères.

4. DISCUSSION

4.1. Les principaux résultats de l'étude

Dans notre étude, la protection la plus utilisée par les femmes en France était la serviette hygiénique jetable. Les protections hygiéniques internes, tampons et coupes menstruelles se positionnaient en deuxième et troisième usage. Les serviettes hygiéniques lavables et culottes menstruelles concernaient plus de 10% des utilisatrices de protections hygiéniques chacune. Eponges et flux instinctif libre restaient des pratiques encore très marginales.

Pour chacune des protections hygiéniques, les utilisatrices étaient majoritairement en couple, âgées entre 20 et 29 ans et exerçaient dans l'enseignement supérieur. La pilule oestroprogestative était le moyen de contraception le plus répandu chez les utilisatrices de serviette hygiénique jetable et de tampon, tandis que le stérilet au cuivre était le moyen le plus répandu chez les utilisatrices de la coupe menstruelle, culotte menstruelle et serviette hygiénique lavable. Les utilisatrices se sentaient globalement satisfaites par leurs différents types de protection hygiénique. La coupe menstruelle était la plus appréciée par les femmes avec une note de 9,1/10. Les culottes menstruelles comme les serviettes hygiéniques lavables remportaient une note supérieure ou égale à 8/10 tandis que le tampon et la serviette hygiénique jetable étaient respectivement dotée d'une note de 7,2/10 et 6,6/10.

Près d'1 femme sur 5 déclarait avoir changé de type de protection hygiénique dans l'année et ce pour une raison écologique dans la moitié des cas. Le confort, la fiabilité et la praticité du produit étaient les critères principaux recherchés pour toutes les utilisatrices. L'aspect écologique et sain était fortement mis en avant chez les utilisatrices de protections réutilisables. Un aspect qui était définit comme un désavantage majeur chez les utilisatrices de protections jetables. Les utilisatrices de protections réutilisables attribuaient pour environ un tiers d'entre elles un défaut de fuites associé à leur utilisation. Bien que reconnu pour sa discrétion, le tampon en revanche était vu comme dangereux par ses utilisatrices.

Les deux principaux lieux d'acquisition de protections hygiéniques sont les grandes surfaces pour serviette hygiénique jetable et tampons, et Internet pour les 3 autres types de protections. Le niveau d'information et le degré de renseignement des utilisatrices sont des paramètres peu mis en valeur par les répondantes, représentant moins de 50% des réponses sur chacun des critères.

4.2. Cohérence interne

Tout sujet abordant les menstruations dans notre société actuelle fait l'objet de débats sociétaux dans un intérêt de progrès social et sanitaire. Il ne s'agit pas uniquement d'un fait biologique mais d'un fait régulé par des rapports sociaux, ayant des conséquences sur la vie des femmes et de toutes les personnes concernées.

La diffusion de ce questionnaire par les réseaux sociaux et sur Internet nous a permis d'obtenir un échantillon conséquent avec un taux de participation important démontrant l'intérêt porté par la population sur ce sujet qui reste à l'heure actuel encore tabou. Il nous a permis de recueillir des données personnelles sur une plateforme sécurisée, en maintenant l'anonymat des réponses, ainsi les répondantes ont pu s'exprimer sans craintes. Ce questionnaire constitue malgré tout un biais de sélection entrainant une limite à l'extrapolation des résultats à la population générale car une surreprésentation des utilisatrices d'Internet (femmes jeunes et niveau socio-économique aisé) est inévitable.

Notre questionnaire a donné lieu à une représentation générale des pratiques d'utilisation. Le fait d'avoir des échantillons non indépendants n'aura pas permis d'avoir une représentation précise des pratiques des utilisatrices pour chaque type de protection distinct, ceci expliqué par une importante mixité d'utilisation. Une répondante utilisant plusieurs types de protection aura pu cocher certains items concernant un type de protection et non l'autre. Dans un second temps, nous avons toutefois créé des échantillons indépendants afin de comparer les différentes utilisatrices. Bien que l'analyse comparative de leurs profils ne nous ai pas permis d'établir un portrait précis pour chaque type de protection – en effet de nombreux résultats se sont révélés non significatifs – elle nous a malgré tout permis d'appuyer certains de nos arguments notamment en ce qui concerne la contraception.

4.3. Cohérence externe

4.3.1. Tendances actuelles

Dans notre travail, nous avons démontré que la serviette hygiénique jetable restait la protection hygiénique la plus utilisée en France. L'étude Opinion Way de 2017 (21) l'a également identifié comme étant la protection intime la plus utilisée, représentant 82% des utilisatrices de protections hygiéniques. Bien que majoritaire, nous pouvons toutefois noter que cette proportion est nettement moins importante dans notre enquête et qu'ainsi les protections hygiéniques dites réutilisables prennent part à cette tendance ; la coupe menstruelle faisant désormais partie des usages fréquents.

Entre 2016 et 2018, le magazine 60 millions de consommateurs s'intéresse de près aux produits d'hygiène féminine et rend notamment publique la présence de résidus de substances toxiques dans les protections féminines. Cette publication porte un nouveau regard et ouvre alors un peu plus le marché de l'hygiène féminine. Dès lors, les progrès et l'émergence de nouvelles marques n'ont pas cessé, même s'il s'agit d'une progression lente. L'accès à des serviettes hygiéniques et des tampons de bonne qualité est une question de santé pour les femmes, et c'est dans cette tendance que nous avons pu observer ces dernières années un marché dynamique et très actif. D'après l'étude Offisanté de 2019 (31), le marché des tampons, serviettes et protège-slips montre un secteur qui a crû de +11,5% en valeur et +13,2% en volume. Il est difficile d'évaluer la part des alternatives « naturelles » mais nous avons pu observer l'essor de nombreuses marques françaises suivant cette dynamique : à l'image de Fempo créée en 2017 qui proposent des culottes menstruelles et qui affiche un chiffre d'affaire de 29,5 millions d'euros en 2018. Bien qu'à l'heure actuelle le marché soit toujours détenu par les grands laboratoires, un revirement vers des produits « naturels » est en train de s'opérer. Notre étude appuie également cette théorie en montrant que les produits tels que la coupe ou la culotte menstruelle ainsi que la serviette hygiénique lavable représentent une part non négligeable des utilisatrices en 2020 avec presque 1 femme sur 4 pour la coupe menstruelle, 1 femme sur 7 pour la serviette hygiénique lavable et 1 femme sur 8 pour la culotte menstruelle.

A nouveau, l'étude Opinion Way de 2017 montre que la coupe menstruelle est perçue comme plus naturelle (69%) et apparaît comme saine et sans danger (57%). Il s'agit en effet d'un atout retrouvé dans nos résultats d'étude pour la coupe menstruelle mais aussi pour les culottes menstruelles et les serviettes hygiéniques lavables ; et ce, sans dénoter le confort, la

praticité et la fiabilité spécifiés par les utilisatrices de toute type de protection hygiénique. Seule la facilité d'utilisation des serviettes hygiéniques jetables et des tampons est plébiscitée par leurs utilisatrices et moins par celles utilisant des protections réutilisables. Des problèmes de fuites étaient signalées par plus de 30% des utilisatrices de protections réutilisables. Effectivement, nous pouvions observer dans le mémoire sur la coupe menstruelle réalisée en 2019 (27), que les difficultés d'utilisation et les fuites étaient des motifs à l'arrêt d'usage de ce type de protection.

Nous pouvons remarquer que la première méthode contraceptive choisie par les femmes utilisatrices de protections réutilisables est le stérilet au cuivre ; suivi de l'usage du préservatif. Nous supposons, au vu de ces résultats, que ces utilisatrices sont à la recherche de moyens de contraception sans hormones et ont certainement un désir de pratiques « plus naturelles » au quotidien. Une supposition également retrouvée dans l'étude de 2019 évoquée précédemment.

La différence de satisfaction entre les types de protection hygiénique est un élément révélateur. Les protections hygiéniques réutilisables remportent un succès plus important avec une note élevée de 9,1/10 pour la coupe menstruelle. Dans l'étude sur l'analyse du profil des utilisatrices de la coupe menstruelle et des pratiques d'utilisation, elle était jugée à 8,6/10 par les utilisatrices. Des résultats qui expliquent peut-être l'engouement récent pour ces types de protections en pleine émergence ces dernières années et justifient les nombreux avantages relevés par leurs utilisatrices. Les serviettes hygiéniques jetables ainsi que les tampons ne sont néanmoins pas complètement boudés, car malgré des notes plus modérées, ils restent à ce jour les protections hygiéniques les plus utilisées par les Françaises. Plusieurs atouts sont valorisés mais sans grande prédominance. Nous pouvons alors nous demander si leur large utilisation n'est pas due à une routine ou un choix par défaut. Des habitudes d'utilisation qui peuvent être expliquées par une facilité d'utilisation témoignée principalement par les utilisatrices de protections jetables. Il serait intéressant de réétudier la question dans plusieurs années pour observer si la tendance s'inversait. La part de non-satisfaction peut être justifiée par le manque connaissance et d'informations délivrées par les intervenants dans la santé menstruelle, par le manque de transparence des fabricants de produits hygiéniques ou encore par la vision encore taboue qu'a la société des menstruations (32)(33)(34).

4.3.2. Conséquences

En comparant nos résultats avec ceux de l'étude Opinion Way de 2017, l'usage du tampon est perçu comme dangereux dans les deux études. Cette étude s'interrogeait également sur la perception des risques associés à l'utilisation de protections hygiéniques. Un risque qui était perçu quel que soit le type de protection hygiénique, mais surtout pour les tampons qui étaient la seule protection hygiénique pour laquelle le syndrome de choc toxique était signalé. Elle relevait une proportion importante de méconnaissance des risques notamment pour la coupe menstruelle. Dans notre étude, le tampon et la coupe menstruelle représentent tout de même plus de 10% des utilisations la nuit. Cet usage de protections internes la nuit reste encore important et peut être à nouveau expliqué par une méconnaissance du syndrome du choc toxique. A noter que presque la moitié des femmes pensent qu'il n'y a aucun risque à l'utilisation de la coupe dans l'étude sur la coupe menstruelle de 2019.

L'étude Opinion Way de 2017 démontrait une information jugée insuffisante sur les mesures d'hygiène, la durée d'utilisation mais aussi et surtout sur les symptômes possibles et la composition des produits. Soixante-neuf pour cent des femmes se sentaient insuffisamment informées sur au moins un aspect et ce, majoritairement expliqué par des femmes très peu en recherche d'informations. Seules deux femmes sur 10 ont recherché de l'information, avec pour source principale, les sites internet des marques et les blogs, malgré une confiance faible portée à ces sources. En revanche, dans notre étude, les femmes étaient plus modérées et s'estimaient plutôt bien informées sur leur type de protection hygiénique. Les répondantes cherchaient des renseignements auprès de leur famille et leurs amis, loin devant les professionnels de santé et les associations. Les deux études se rejoignent alors sur le fait que peu de femmes se renseignent auprès des professionnels de santé. Cela nous amène à nous questionner sur la fiabilité des informations véhiculées concernant les pratiques d'utilisation des protections hygiéniques, ce qui pourrait expliquer cette méconnaissance générale. Un véritable travail d'éducation à la santé menstruelle en privilégiant des relais de l'information claire et de confiance serait intéressant pour pallier un défaut d'information et limiter la mauvaise utilisation.

4.3.3. Enjeux économiques et écologiques

La consommation massive de serviettes jetables et de tampons est aussi un enjeu environnemental. Si l'on estime qu'une femme a ses règles 12 fois par an durant 40 ans, cela signifie plus de 5 700 protections utilisées par une femme au cours de sa vie. Il faut 500 ans à ces produits pour se dégrader ce qui en fait l'une des industries les plus polluantes au monde, selon Greenpeace. La production, comme les déchets engendrés après usage, ont donc un impact non négligeable sur l'environnement. C'est dans ce soucis éco-responsable que les répondantes à notre étude témoignent opérer un changement de type de protection hygiénique. Plus de 70% des utilisatrices de protections hygiéniques réutilisables se soucient de l'impact écologique de leur moyen de protection.

Dans l'étude FLOW réalisée au Canada en 2011 (30), il a été déterminé qu'une femme utilisait en moyenne 13 tampons par cycle soit 169 par an, soit 6 760 tampons jetés durant la période menstruelle d'une femme. Le coût pour les utilisatrices de tampons représentait environ 37,44 dollars par an et par femme, ce qui équivalait à l'achat d'une coupe menstruelle qui elle est réutilisable pendant 10 ans. Elle concluait sur le constat que les utilisatrices voyaient la coupe menstruelle comme étant une alternative satisfaisante vis-à-vis du coût et des effets sur l'environnement par rapport à l'usage de tampons jetables. Parmi les résultats de notre étude, le caractère onéreux des protections hygiéniques ne faisait pas partie des désavantages majeurs relevés par les utilisatrices, excepté pour celles utilisant la culotte menstruelle – les prix d'une culotte menstruelle allant de 15 à 50 euros ; minimum 3 culottes sont conseillées par cycle – il représentait néanmoins une part non négligeable des réponses.

Notre étude a démontré que 11,5% des participantes rencontraient des difficultés à se procurer des protections hygiéniques pendant leur période de menstruations. Bien que notre recueil de données ne visait pas prime abord les populations les plus précaires, il s'agit d'un chiffre témoignant malgré tout d'un problème rencontré par les femmes jeunes, majoritairement dans l'enseignement supérieur. Une problématique influant directement sur leur possibilité de choix et ayant pour conséquence des difficultés rencontrées au quotidien en société. L'IFOP recensait en 2019, 1,7 million de françaises victimes de la précarité menstruelle, ce qui représenterait environ 20% des femmes en France. Des associations comme Dons Solidaires en 2019 (3) ou encore l'ANESF (Association Nationale des Etudiantes Sages-Femmes) cette année (35), ont permis de mettre en lumière cette problématique. L'ANESF faisait le constat qu'un tiers des étudiantes françaises déclaraient rencontrer des

difficultés financières pour se procurer des protections périodiques. Via ces enquêtes, s'en sont suivies des actions et propositions gouvernementales visant assurer la gratuité des protections menstruelles et à garantir la sécurité sanitaire pour permettre aux femmes d'être soutenues et considérées (35)(36). A titre d'exemple, le ministère de l'enseignement supérieur souhaitait alors en février dernier équiper les résidences des CROUS et les services de santé universitaires en distributeurs de protections hygiéniques gratuites.

5. CONCLUSION

La serviette hygiénique jetable reste à ce jour la protection hygiénique la plus utilisée par les femmes en France. Cependant les pratiques des femmes tendent à évoluer vers un mouvement plus sensible à l'éco-responsabilité et à la sécurité sanitaire. À travers ce travail, nous voulions faire un état des lieux des différentes pratiques des femmes en matière d'hygiène féminine, identifier les facteurs influençant leurs choix et évaluer leur satisfaction.

Il a été démontré qu'une émergence et une démocratisation de nouveaux moyens de protections hygiéniques s'est opérée ces dernières années ; la coupe menstruelle étant en forte augmentation d'utilisation. Les serviettes hygiéniques lavables, coupes et culottes menstruelles étaient plébiscitées pour leur aspect réutilisable, écologique et sans danger. À l'inverse, les serviettes hygiéniques jetables étaient considérées comme non respectueuses de l'environnement. C'était également le cas du tampon, qui lui était fortement perçu comme dangereux pour la santé. Le moyen de contraception le plus répandu chez les utilisatrices de protections réutilisables était le DIU au cuivre ; les utilisatrices de protections jetables étaient majoritairement sous pilule oestroprogestative.

D'une manière générale, les utilisatrices de protections hygiéniques s'estimaient satisfaites par leur moyen de protection. Nous pouvions toutefois observer un engouement plus marqué chez les utilisatrices de protections hygiéniques réutilisables que chez celles utilisant des protections hygiéniques jetables.

À travers cette étude, nous avons pu observer que les facteurs de choix en matière d'hygiène féminine sont nombreux et variés. Les critères environnementaux et économiques sont des éléments davantage pris en compte dans le choix d'un type de protection. D'un point de vue sanitaire, les femmes souhaitent de plus en plus de transparence sur les méthodes d'utilisation et sur la composition des produits qu'elles utilisent au quotidien. Ainsi, l'information sur chaque type de protection hygiénique est à privilégier pour pallier aux potentiels manques dont les femmes témoignent. Pour aller plus loin, Il serait intéressant d'évaluer le rôle des professionnels de santé qui ne représentent pas à ce jour une source importante de diffusion de l'information.

Au XXI^{e} siècle, il reste encore un grand tabou autour des règles malgré le réel enjeu social et sanitaire qu'il représente. Malgré tout, la discussion tend à s'ouvrir grâces aux récentes actions menées par les intervenants dans la santé menstruelle.

6. BIBLIOGRAPHIE

1. INSTITUT NATIONAL D'ETUDES DEMOGRAPHIQUES – L'âge aux premières règles [en ligne] – [consulté le 10/05/2020]. Disponible sur : www.ined.fr/fr/tout-savoir-population/memos-demo/focus/l-age-aux-premieres-regles/
2. OOREKA – Le flux instinctif libre [en ligne] – [consulté le 10/05/2020]. Disponible sur : contraception.ooreka.fr/astuce/voir/604403/flux-instinctif-libre
3. DONS SOLIDAIRES – Pour soutenir les femmes fragilisées, Dons solidaires donne des produits d'hygiène de base à des associations d'Ile de France [en ligne]. France ; 12 mai 2020 [consulté le 15/02/2020]. Disponible sur : www.donsolidaires.fr/rien-que-pour-elles/
4. INSTITUT D'ETUDES OPINION ET MARKETING – La précarité hygiénique [en ligne]. France ; février 2019 [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : www.ifop.com/wp-content/uploads/2019/03/Présentation-IFOP-Dons-Solidaires-dèf.-slide-DS.pdf
5. EUROPE 1 – Trois initiatives pour lutter contre la précarité menstruelle et le tabou des règles en ligne]. France ; 9 mars 2020 [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : www.europe1.fr/societe/trois-initiatives-pour-lutter-contre-la-precarite-menstruelle-et-le-tabou-des-regles-3953538
6. REGLESELEMENTAIRES.com [en ligne]. Paris : Association de lutte contre la précarité menstruelle [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : www.regleselementaires.com/
7. MARGUERITEETCIE.com [en ligne] – [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : margueriteetcie.com
8. HEYGINA.com [en ligne] – [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : margueriteetcie.com
9. GLOAGUEN A. – Tampon, notre ennemi intime [en ligne]. France ; 2017 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.youtube.com/watch?v=uyUttRbvX8I
10. CHANGE.org – Rendre visible les compositions des tampons [en ligne] – [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.change.org/p/rendre-visible-la-composition-des-tampons-et-serviettes-hygièniques
11. PINVILLE M. – Communiqué de presse [en ligne]. Paris ; 4 mars 2016 [consulté le 10.05/2020]. Disponible sur : proxy-pubminefi.diffusion.finances.gouv.fr/pub/document/18/20579.pdf

12. MINISTERE DE L'ECONOMIE DES FINANCES ET DE LA RELANCE – Sécurité des produits d'hygiène féminine. France ; 12 mars 2017 [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : www.economie.gouv.fr/dgccrf/securite-des-produits-dhygiene-feminine
13. 60MILLIONSDECONSOMMATEURS – Tampons et serviettes hygiéniques : les révélations de « 60 »font bouger les choses [en ligne]. 7 mars 2016 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.60millions-mag.com/2016/03/07/tampons-et-serviettes-hygieniques-les-revelations-de-60-font-bouger-les-choses-10234
14. 60MILLIONSDECONSOMMATEURS – Tampons et protections féminines : un rapport ni alarmant ni rassurant [en ligne]. 20 juillet 2018 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.60millions-mag.com/2018/07/20/tampons-et-protections-feminines-un-rapport-ni-alarmant-ni-rassurant-11895
15. 60MILLIONSDECONSOMMATEURS – Tampons et serviettes : connaitre la composition, c'est coton ! [en ligne]. 7 mars 2016 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.60millions-mag.com/2019/02/21/tampons-et-serviettes-connaitre-la-composition-c-est-coton-12464
16. 60MILLIONSDECONSOMMATEURS – Tampons hygiéniques : la présence de résidus toxiques confirmée [en ligne]. 18 mai 2017 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.60millions-mag.com/2017/05/18/tampons-la-presence-de-residus-toxiques-confirmee-11155
17. 60MILLIONSDECONSOMMATEURS – Tampons et coupes : le choc toxique, ça suffit ! [en ligne]. 22 janvier 2020 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.60millions-mag.com/2020/01/22/tampons-et-coupes-le-choc-toxique-ca-suffit-17136
18. 60MILLIONSDECONSOMMATEURS – Serviettes et tampons : l'information progresse [en ligne]. 10 août 2018 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.60millions-mag.com/2018/08/10/serviettes-et-tampons-l-information-progresse-11934
19. DGCCRF – ministère de l'Économie, des finances et de la relance – Sécurité des produits d'hygiène féminine [en ligne]. 12 mai 2017 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.economie.gouv.fr/dgccrf/securite-des-produits-dhygiene-feminine
20. ANSES – Evaluation de la sécurité des produits de protections intimes [en ligne]. 19 juillet 2018 [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : www.anses.fr/fr/content/evaluation-de-la-sécurité-des-produits-de-protections-intimes

21. ANSES – Sécurité des produits de protection intime [en ligne]. Décembre 2019 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.anses.fr/fr/system/files/CONSO2016SA0108Ra.pdf
22. VAN DEN BROECK A. – La coupe menstruelle, une alternative écologique et économique aux produits hygiéniques conventionnels : Est-elle sûre, efficace et acceptée par les femmes ? [mémoire en ligne]. Poitiers ; 2018.
23. CLAVAUD-MEGEVAND, STYLIST - La montée en puissance de la communauté de la cup [en ligne]. 2017 [consulté le 10/05/2020]. Disponible sur : www.slate.fr/story/146289/cup-protection-hygieniqueregles
24. STEWART K. – An alternative to conventional sanitary protection: would women use a menstrual cup? - Journal of obstetrics and gynecology. 2009 Jan;29(1);49-52
25. PENA EF. – Menstrual protection. Advantages of the menstrual cup – Obstetrics and gynecology. 1962 May;19; 684-691
26. STEWART K. – Women's experience of using the Mooncup – Journal of obstetrics and gynaecology. 2010 April;30(3); 285-292
27. MATHIEUX A. – La coupe menstruelle, analyse du profil des utilisatrices et des pratiques d'utilisation [Mémoire]. Poitiers ; 2019.
28. 60MILLIONSDECONSOMMATEURS – Culottes menstruelles : halte aux arnaques [en ligne]. 4 février 2020 [consulté le 01/06/2020]. Disponible sur : www.60millions-mag.com/2020/02/04/culottes-menstruelles-halte-aux-arnaques-17151
29. LINFODURABLE – Les alternatives durables aux protections hygiéniques jetables [en ligne]. 18 février 2019 [consulté le 22/08/2020]. Disponible sur : www.linfodurable.fr/conso/les-alternatives-durables-aux-protections-hygieniques-jetables-9630
30. HOWARD C. *et al* – FLOW (finding lasting options for women) : Multicentre randomized controlled trial comparing tampons with menstrual cups. Can Fam Physician. Juin 2011;57(6); 208-215.
31. BELAIS M. – Le petit journal de ma pharmacie (Offisanté) – Le marché de l'hygiène intime [en ligne]. Juin 2019 [consulté le 15/03/2021]. Disponible sur : www.lepetitjournaldemapharmacie.fr/wp-content/uploads/2019/06/2019-05-09-MARCHE-HYGIENE-INTIME.pdf
32. YOUTUBE – Expérience sociale : le tabou des règles/menstruations [en ligne] – [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : www.youtube.com/watch?v=zIfKMgfy19U

33. MARDON A. (ethnologie française) – Honte et dégoût dans la fabrication du féminin. 2011, Vol41, 33-40.
34. LA MUTUELLE DES ETUDIANTS – LMDE met fin au tabou des règles [en ligne] – [consulté le 15/05/2020]. Disponible sur : www.lmde.fr/prevention/bien-etre/protections-hygieniques
35. FAGE, ANESF, AFEP – La précarité menstruelle chez les étudiant(e)s en France [en ligne]. Février 2021 [consulté le 15/03/2021]. Disponible sur : www.anesf.com/wp-content/uploads/2018/08/20210208_DP_Enquete_Precarite_Menstruelle.pdf
36. LACHAUD B. *et all*–Proposition de loi visant à assurer la gratuité des protections menstruelles et à garantir leur sécurité sanitaire, 20 mars 2019 [en ligne] – [consulté le 22/08/2020]. Disponible sur : www.assemblee-nationale.fr/dyn/15/textes/l15b1778_proposition-loi
37. LE MONDE - Des protections hygiéniques gratuites dans les universités à la prochaine rentrée [en ligne]. 23 février 2021 [consulté le 15/03/2021]. Disponible sur : www.lemonde.fr/societe/article/2021/02/23/des-protections-hygieniques-gratuites-dans-les-universites-a-la-rentree-2021_6070934_3224.html
38. HOSPICES CIVILS DE LYON – Choc toxique : enquête sur l'usage des tampons périodiques [en ligne] – [consulté le 05/06/2020]. Disponible sur : www.chu-lyon.fr/fr/choc-toxique-enquete-sur-lusage-des-tampons-periodiques
39. 20MINUTES SOCIETE – choc toxique : les coupes menstruelles ne sont pas plus dangereuses que les tampons [en ligne] – [consulté le 05/06/2020]. Disponible sur : www.20minutes.fr/societe/2101291-20170707-choc-toxique-coupes-menstruelles-plus-dangereuses-tampons
40. FERNANDEZ-SALA S, ROUSSEAU-DURAND R, MORANGE PE, CHIARONI J, COUBIERE B. (gynécologie obstétrique fertilité & sénologie) – Impact des représentations du sang menstruel sur le choix contraceptif des femmes. Sept2019; Vol 47; 662-671.
41. H.A. OMAR MD, S. AGGARWAL, K.C PERKINS MD – Tampon use in young women. Nov 2012, Vol11, 143-146.
42. CENTRE NATIONAL DE REFERENCE STAPHYLOCOQUES – Choc toxique staphylococcique menstruel [en ligne] – [consulté le 05/06/2020]. Disponible sur : cnrstaphylocoques.univ-lyon1.fr

43. NONFOUX L, *et al*. Impact of currently marketed tampons and menstrual cups on Staphylococcus aureus growth and TSST-1 production in vitro. Appl Environ Microbiol. 20 avr 2018.
44. OSTER E, THORNTON R. Menstruation and Education in Nepal [en ligne]. National Bureau of Economic Research; 2009 avr. Report No.: 14853. Disponible sur : http://www.nber.org/papers/w14853
45. TIERNO PM, HANNA BA. Propensity of tampons and barrier contraceptives to amplify Staphylococcus aureus Toxic shock syndrome toxin-I. Infect Dis Obstet Gynecol. 1994;2(3);1405.
46. FINLEY H. – 23 years of the museum of menstruation & women's health [en ligne] - [consulté le 09/06/2020]. Disponible sur : mum.org/CupPat1.htm
47. PHILIPS-HOWARD P. *et all* – Menstrual cups and sanitary pads to reduce school attrition, and sexually transmitted and reproductive tract infections: a cluster randomized controlled feasibility study in rural Western Kenya – BMJ Open - 2016 Nov;23(11).
48. BEKSINSKA, MAGS E. – Acceptability and performance of the menstrual cup in South Africa: a randomized crossover trial comparing the menstrual cup to tampons or sanitary pads – Journal of women's health - 2015 Feb;24(2); 151-159
49. LE MONDE – Combien les règles coutent-elles dans la vie d'une femme ? [en ligne]. 2 juillet 2019 [consulté le 22/08/2020]. Disponible sur : www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2019/07/02/precarite-menstruelle-combien-coutent-ses-regles-dans-la-vie-d-une-femme_5484140_4355770.html
50. ROMEIRO-DIAS L, TAURINE B. – Rapport d'information, 13 février 2020 [en ligne] – [consulté le 15/03/2021]. Disponible sur : www.assemblee-nationale.fr/dyn/15/rapports/ega/l15b2691_rapport-information.pdf

7. ANNEXES :

ANNEXE I :Questionnaire

Charger un questionnaire non terminé

0%

Questionnaire sur les différentes pratiques des femmes en matière d'hygiène féminine en France

Les différentes méthodes de protection hygiénique en France :
Etude comparative des pratiques et de la satisfaction des utilisatrices

Bonjour, je m'appelle Lydie COUTON, je suis sage-femme. Je réalise, dans le cadre de mon mémoire de fin d'étude, une enquête qui s'intéresse aux femmes et plus particulièrement à nos petites habitudes en matière d'hygiène intime. Alors n'ayez crainte, ce questionnaire est anonyme, et a surtout pour but de faire un état des lieux des différentes méthodes utilisées aujourd'hui par les Françaises en période d'activité génitale et d'en mesurer votre satisfaction. Je vous remercie pour vos réponses !

Centre de formation : Ecole de sages-femmes de Poitiers (86).
Directrice de mémoire : Madame AILLOT Anaïs, sage-femme hospitalière.
Adresse mail institutionnelle : lydie.couton@etu.univ-poitiers.fr, pour toute information.

Il y a 30 questions dans ce questionnaire.

Ce questionnaire est anonyme.

L'enregistrement de vos réponses à ce questionnaire ne contient aucune information permettant de vous identifier, à moins que l'une des questions ne vous le demande explicitement.

Si vous avez utilisé un code pour accéder à ce questionnaire, soyez assuré qu'aucune information concernant ce code ne peut être enregistrée avec vos réponses. Il est géré sur une base séparée où il sera uniquement indiqué que vous avez (ou non) finalisé ce questionnaire. Il n'existe pas de moyen pour faire correspondre votre code à vos réponses sur ce questionnaire.

Suivant

La tenue complète (point socio-démographique) :

1 Quel âge avez-vous ?

écrire le nombre

* 2 Êtes-vous de nationalité française ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- (•) Oui
- ( ) Non

cette étude ne concerne que les femmes ayant la nationalité française

3 Quel est votre département de résidence ?

écrire le numéro

4 Quel est votre niveau d'étude ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- ( ) Primaire
- ( ) Collège, CAP, BEP
- ( ) Lycée
- ( ) Etudes supérieures (>Bac)

5 A quelle catégorie socioprofessionnelle appartenez-vous ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

Veuillez choisir ...

6 Quel est votre statut marital ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- ( ) Célibataire
- ( ) En couple

7 Combien avez-vous d'enfants ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

Veuillez choisir ...

Précédent

Suivant

La touche de rouge aux lèvres (point gynécologique) :

✱ 8 Avez-vous des règles ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- (●) Oui
- ( ) Non, car ménopausée
- ( ) Non, pour autre raison (grossesse, pathologie...)

cette étude ne concerne que les femmes réglées, comprenant également :

- les spottings (légers saignements apparaissant en dehors des périodes de règles).
- règles de privation (saignements sous contraception).

9 Quel était l'âge de vos premières règles ?

écrire le nombre

10 Comment décririez-vous l'abondance de vos saignements en moyenne pendant vos règles ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- ( ) Faible
- ( ) Moyenne
- ( ) Importante
- ( ) Très importante

11 Quelle est la durée de vos cycles menstruels ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- ( ) Cycles courts (<21 jours)
- ( ) Cycles habituels (28 jours en moyenne)
- ( ) Cycles longs (>35 jours)

12 Quel(s) est/sont votre/vos moyen(s) de contraception actuel ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Pilule oestro-progestative
- [ ] Pilule progestative
- [ ] Stérilet hormonal
- [ ] Stérilet au cuivre
- [ ] Implant
- [ ] Anneau vaginal
- [ ] Diaphragme ou cape cervicale
- [ ] Spermicides
- [ ] Patch hormonal
- [ ] Préservatifs
- [ ] Méthodes naturelles
- [ ] Contraception définitive
- [ ] Pas de moyen de contraception

Précédent

Suivant

Les dessous de Vénus (point pratique & usage) :

✱ 13 Quelle(s) protection(s) utilisez-vous le plus souvent durant vos règles ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Coupe menstruelle
- [ ] Culottes menstruelles
- [ ] Eponges menstruelles
- [ ] Flux instinctif libre
- [ ] Serviettes hygiéniques jetables
- [ ] Serviettes hygiéniques lavables
- [ ] Tampons
- [ ] Autre :

14 Depuis combien de temps le/les utilisez-vous ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- ○ Moins de 6 mois
- ○ Entre 6 mois et 1 an
- ○ Plus d'1 an

15 Êtes-vous satisfaite de votre moyen de protection ?

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Niveau de satisfaction	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

Sur une échelle de 0 (pas satisfaite) à 10 (très satisfaite)

16 Avez-vous changé de type de protection hygiénique au cours des 12 derniers mois ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- ○ Oui
- ○ Non

19 Comment avez-vous connu votre/vos moyen(s) de protection ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Famille
- [ ] Amis
- [ ] Médias
- [ ] Professionnel de santé
- [ ] Internet
- [ ] Réseaux sociaux
- [ ] Associations
- [ ] A l'école
- [ ] Autre :

20 Où vous procurez-vous votre/vos moyen(s) de protection ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Internet
- [ ] Grande surface
- [ ] Magasins « BIO »
- [ ] Pharmacie
- [ ] Fait maison
- [ ] Association/Don
- [ ] Non concernée (Flux instinctif libre)
- [ ] Autre :

21 Quel(les) est/sont la/les protection(s) intime(s) que vous privilégiez au cours de la journée ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Coupe menstruelle
- [ ] Culottes menstruelles
- [ ] Eponges menstruelles
- [ ] Flux instinctif libre
- [ ] Serviettes hygiéniques jetables
- [ ] Serviettes hygiéniques lavables
- [ ] Tampons
- [ ] Autre :

22 Et au cours de la nuit ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Coupe menstruelle
- [ ] Culottes menstruelles
- [ ] Eponges menstruelles
- [ ] Flux instinctif libre
- [ ] Serviettes hygiéniques jetables
- [ ] Serviettes hygiéniques lavables
- [ ] Tampons
- [ ] Autre :

23 Quel(les) est/sont la/les protection(s) intime(s) que vous privilégiez lors d'une activité physique ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Coupe menstruelle
- [ ] Culottes menstruelles
- [ ] Eponges menstruelles
- [ ] Flux instinctif libre
- [ ] Serviettes hygiéniques jetables
- [ ] Serviettes hygiéniques lavables
- [ ] Tampons
- [ ] Autre :

24 Quels éléments sont déterminants dans le choix de votre méthode de protection hygiénique ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Discret
- [ ] Réutilisable
- [ ] Pratique
- [ ] Ecologique
- [ ] Confortable
- [ ] Rassurant, fiable
- [ ] Facile à trouver
- [ ] Facile à transporter
- [ ] Facile d'utilisation
- [ ] Non odorant
- [ ] Prix abordable
- [ ] Sain, sans danger
- [ ] Recommandé par des avis extérieurs
- [ ] Renseignements sur la composition du produit mentionnés par les fabricants
- [ ] Intolérance aux autres moyens de protection intime
- [ ] Longue durée d'utilisation
- [ ] Autre :

25 Quels désavantages notables trouvez-vous à son utilisation ?

Cochez la ou les réponses

- [ ] Inconfortable
- [ ] Dangereux
- [ ] Pas pratique
- [ ] Fuites
- [ ] Odorant
- [ ] Pas discret
- [ ] Pas hygiénique
- [ ] Intrusif
- [ ] Pas écologique
- [ ] Cher
- [ ] Autre :

26 Vous sentez vous informée concernant votre/vos moyen(s) de protection ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- Oui, bien informée
- Oui, plutôt bien informée
- Non, peu informée
- Non, pas du tout informée
- Non concernée

27 Vous êtes-vous déjà renseignée sur votre/vos moyen(s) de protection ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- Souvent
- Rarement
- Jamais

29 Avez-vous déjà rencontré au cours de votre vie des difficultés pour vous procurez suffisamment de produits hygiéniques durant vos cycles menstruels ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- Oui
- Non

Précédent Suivant

26 Vous sentez vous informée concernant votre/vos moyen(s) de protection ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- Oui, bien informée
- Oui, plutôt bien informée
- Non, peu informée
- Non, pas du tout informée
- Non concernée

27 Vous êtes-vous déjà renseignée sur votre/vos moyen(s) de protection ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

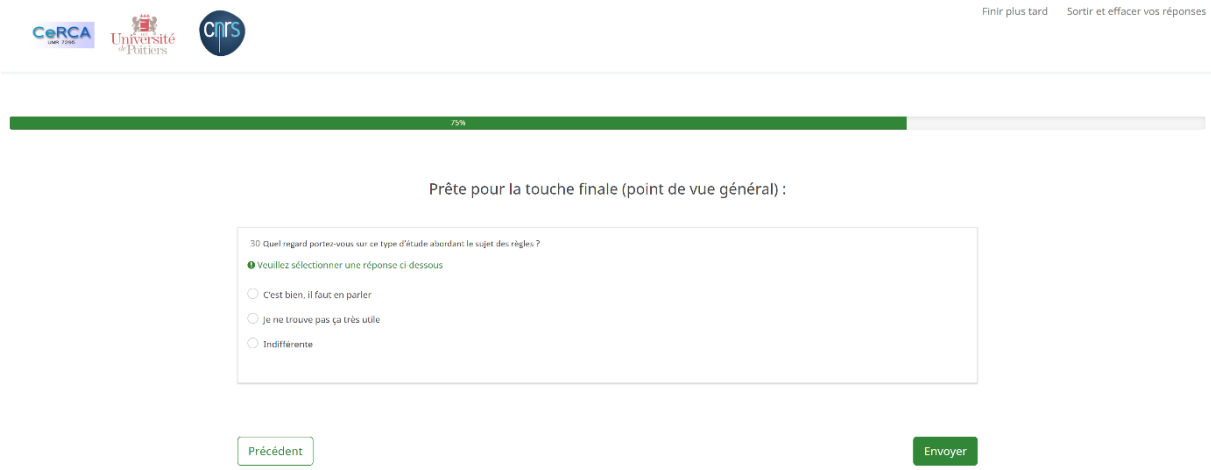
- Souvent
- Rarement
- Jamais

29 Avez-vous déjà rencontré au cours de votre vie des difficultés pour vous procurez suffisamment de produits hygiéniques durant vos cycles menstruels ?

Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous

- Oui
- Non

Précédent Suivant


Finir plus tard
Sortir et effacer vos réponses
75%
Prête pour la touche finale (point de vue général) :
30 Quel regard portez-vous sur ce type d'étude abordant le sujet des règles ?
Veuillez sélectionner une réponse ci-dessous
C'est bien, il faut en parler
Je ne trouve pas ça très utile
Indifférente
Précédent
Envoyer

ANNEXE II : Analyse comparative entre les utilisatrices de la serviette hygiénique jetable et les utilisatrices d'autres types de protection.

	Utilisatrices de la serviette hygiénique jetable(n=670)	**%**	**Utilisatrices d'autres types protection(n=363)**	**%**	**p**
Age (moy ± ET – Min-Max)	27,1 ± 8,2 [14 – 56]		27,1 ± 6,5 [18 – 52]		<0,005
Catégorie d'âge					<0,005
14-19 ans	36	5,4	13	3,6	
20-29 ans	458	68,4	259	71,4	
30-39 ans	101	15,1	71	19,6	
40-56 ans	75	11,2	20	5,5	
Situation familiale					<0,001
En couple	382	57,0	261	71,9	
Célibataire	288	43,0	102	28,1	
Niveau d'étude					0,04
Primaire, Collège, CAP, BEP, Lycée	56	8,4	18	5,0	
Enseignement supérieur	614	91,6	345	95,0	
Profession*					0,1
Cadre et profession intellectuelle supérieure	118	17,6	96	26,5	
Employée	188	28,1	98	27,0	
Sans profession, retraitée	19	2,8	25	6,9	
Elèves et étudiantes	118	48,8	125	34,4	
Parité (moy ± ET – Min-Max)	0,4 ± 0,9 [0 – 5]		0,3 ± 0,8 [0 – 4]		0,2
Age des premières règles (moy ± ET – Min-Max)	12,6 ± 1,5 [8 – 18]		12,8 ± 1,6 [9 – 18]		0,2
Contraception					
Pilule oestroprogestative	192	28,7	95	26,2	0,2
Pilule progestative	51	7,6	36	9,9	0,1
Stérilet au cuivre	99	14,8	91	25,1	<0,001
Préservatif	149	22,2	73	20,1	0,2
Stérilet à la progestérone	43	6,4	20	5,5	0,3
Méthodes naturelles	27	4,0	26	7,2	0,02
Implant	24	3,6	5	1,4	0,02
Pas de contraception	148	22,1	46	12,7	<0,001
Abondance des saignements					0,8
Faible	84	12,5	49	13,5	
Moyenne	360	53,7	194	53,4	
Importante	179	26,7	100	27,6	
Très importante	47	7,0	20	5,5	
Durée des cycles menstruels					0,08
Cycles courts (<21 jours)	71	10,6	25	6,9	
Cycles habituels (28 jours en moyenne)	507	75,7	295	81,3	
Cycles longs (>35 jours)	92	13,7	43	11,9	

*Les CSP agricultrice exploitante, artisan, chef d'entreprise et ouvrière n'ont pas été inclues car les effectifs étaient trop faibles.

**Les autres moyens de contraception n'ont pas été inclus car les effectifs étaient trop faibles.

ANNEXE III : Analyse comparative entre les utilisatrices du tampon et les utilisatrices d'autres types de protection.

	Utilisatrices du tampon(n=393)	%	Utilisatrices d'autres types protection(n=640)	%	p
Age (moy ± ET – Min-Max)	26,4 ± 7,2 [17 – 54]		27,5 ± 7,8 [14 – 56]		0,04
Catégorie d'âge					0,006
14-19 ans	19	4,8	30	4,7	
20-29 ans	296	75,3	421	65,8	
30-39 ans	48	12,2	124	19,4	
40-56 ans	30	7,6	65	10,2	
Situation familiale					0,01
En couple	226	57,5	417	65,2	
Célibataire	167	42,5	223	34,8	
Niveau d'étude					0,08
Primaire, Collège, CAP, BEP, Lycée	22	5,6	52	8,1	
Enseignement supérieur	371	94,4	588	91,9	
Profession					0,2
Cadre et profession intellectuelle supérieure	84	21,4	130	20,3	
Employée	98	24,9	188	29,4	
Sans profession, retraitée	14	3,6	30	4,7	
Elèves et étudiantes	186	47,3	266	41,6	
Parité (moy ± ET – Min-Max)	0,3 ± 0,8 [0 – 4]		0,4 ± 0,9 [0 – 5]		<0,001
Age des premières règles (moy ± ET – Min-Max)	12,9 ± 1,6 [8 – 18]		12,6 ± 1,5 [8 – 17]		0,003
Contraception					
Pilule oestroprogestative	134	34,1	153	23,9	<0,001
Pilule progestative	37	9,4	50	7,8	0,2
Stérilet au cuivre	67	17,1	123	19,2	0,2
Préservatif	85	21,6	137	21,4	0,5
Stérilet à la progestérone	23	5,9	40	6,3	0,5
Méthodes naturelles	13	3,3	40	6,3	0,02
Implant	8	2,0	21	3,3	0,2
Pas de contraception	69	17,6	125	19,5	0,2
Abondance des saignements					0,6
Faible	50	12,7	83	13,0	
Moyenne	217	55,2	337	52,7	
Importante	98	24,9	181	28,3	
Très importante	28	7,1	39	6,1	
Durée des cycles menstruels					0,03
Cycles courts (<21 jours)	46	11,7	50	7,8	
Cycles habituels (28 jours en moyenne)	305	77,6	497	77,7	
Cycles longs (>35 jours)	42	10,7	93	14,5	

ANNEXE IV : Analyse comparative entre les utilisatrices de la coupe menstruelle et les utilisatrices d'autres types de protection.

	Utilisatrices de la coupe menstruelle(n=250)	%	Utilisatrices d'autres types protection(n=783)	%	p
Age (moy ± ET – Min-Max)	27,3 ± 6,3 [18 – 52]		27,0 ± 8,0 [14 – 56]		<0,005
Catégorie d'âge					<0,005
14-19 ans	7	2,8	42	5,4	
20-29 ans	170	68,0	547	69,9	
30-39 ans	58	23,2	114	14,6	
40-56 ans	15	6,0	80	10,2	
Situation familiale					0,03
En couple	169	67,6	474	60,5	
Célibataire	81	32,4	309	39,5	
Niveau d'étude					0,5
Primaire, Collège, CAP, BEP, Lycée	18	7,2	56	7,1	
Enseignement supérieur	232	92,8	727	92,9	
Profession					0,06
Cadre et profession intellectuelle supérieure	57	22,8	157	20,1	
Employée	76	30,4	210	26,8	
Sans profession, retraitée	13	5,2	31	3,9	
Elèves et étudiantes	89	35,6	363	46,4	
Parité (moy ± ET – Min-Max)	0,4 ± 0,8 [0 – 4]		0,4 ± 0,9 [0 – 5]		0,7
Age des premières règles (moy ± ET – Min-Max)	12,9 ± 1,5 [9 – 17]		12,7 ± 1,6 [8 – 18]		0,09
Contraception					
Pilule oestroprogestative	50	20,0	237	69,7	<0,001
Pilule progestative	19	7,6	68	8,7	0,3
Stérilet au cuivre	68	27,2	122	15,6	<0,001
Préservatif	60	24,0	162	20,7	0,1
Stérilet à la progestérone	9	3,6	54	6,9	0,03
Méthodes naturelles	20	8,0	33	4,2	0,02
Implant	3	1,2	26	3,3	0,05
Pas de contraception	41	16,4	153	19,5	0,2
Abondance des saignements					0,5
Faible	26	10,4	107	13,7	
Moyenne	135	54,0	419	53,5	
Importante	74	29,6	205	26,2	
Très importante	15	6,0	52	6,6	
Durée des cycles menstruels					0,2
Cycles courts (<21 jours)	18	7,2	78	10,0	
Cycles habituels (28 jours en moyenne)	194	77,6	608	77,7	
Cycles longs (>35 jours)	38	15,2	97	12,4	

ANNEXE V : Analyse comparative entre les utilisatrices de la culotte menstruelle et les utilisatrices d'autres types de protection.

	Utilisatrices de la culotte menstruelle(n=130)	%	Utilisatrices d'autres types protection(n=903)	%	p
Age (moy ± ET – Min-Max)	27,0 ± 6,4 [18 – 49]		27,1 ± 7,8 [14 – 56]		0,3
Catégorie d'âge					0,1
14-19 ans	6	4,6	43	4,8	
20-29 ans	90	69,2	627	69,4	
30-39 ans	28	21,5	144	16,0	
40-56 ans	6	4,6	89	9,9	
Situation familiale					0,07
En couple	89	68,5	554	61,4	
Célibataire	41	31,5	349	38,6	
Niveau d'étude					0,07
Primaire, Collège, CAP, BEP, Lycée	5	3,9	69	7,7	
Enseignement supérieur	125	96,1	834	92,4	
Profession					0,8
Cadre et profession intellectuelle supérieure	25	19,2	189	20,9	
Employée	33	25,4	253	28,0	
Sans profession, retraitée	7	5,4	37	4,1	
Elèves et étudiantes	56	43,1	396	43,9	
Parité (moy ± ET – Min-Max)	0,3 ± 0,8 [0 – 3]		0,4 ± 0,9 [0 – 5]		0,1
Age des premières règles (moy ± ET – Min-Max)	12,6 ± 1,4 [9 – 17]		12,7 ± 1,6 [8 – 18]		0,2
Contraception					
Pilule oestroprogestative	23	17,7	264	29,2	<0,005
Pilule progestative	4	3,1	83	9,2	0,008
Stérilet au cuivre	45	34,6	145	16,1	<0,001
Préservatif	30	23,1	192	21,3	0,3
Stérilet à la progestérone	5	3,9	58	6,4	0,2
Méthodes naturelles	16	12,3	37	4,1	<0,001
Implant	3	2,3	26	2,9	0,5
Pas de contraception	17	13,1	177	19,6	0,04
Abondance des saignements					0,3
Faible	13	10,0	120	13,3	
Moyenne	64	49,2	490	54,3	
Importante	42	32,3	237	26,3	
Très importante	11	8,5	56	6,2	
Durée des cycles menstruels					0,4
Cycles courts (<21 jours)	8	6,1	88	9,8	
Cycles habituels (28 jours en moyenne)	105	80,8	697	77,2	
Cycles longs (>35 jours)	17	13,1	118	13,1	

ANNEXE VI : Analyse comparative entre les utilisatrices de la serviette hygiénique lavable et les utilisatrices d'autres types de protection.

	Utilisatrices de la serviette hygiénique lavable(n=143)	%	Utilisatrices d'autres types protection(n=890)	%	p
Age (moy ± ET – Min-Max)	27,5 ± 6,8 [18 – 50]		27,0 ± 7,7 [14 – 56]		0,09
Catégorie d'âge*					0,001
14-19 ans	7	4,9	42	4,7	
20-29 ans	87	60,8	630	70,8	
30-39 ans	40	28,0	132	14,8	
40-56 ans	9	6,3	86	9,7	
Situation familiale					0,03
En couple	101	70,6	542	60,9	
Célibataire	42	29,4	348	39,1	
Niveau d'étude					0,3
Primaire, Collège, CAP, BEP, Lycée	8	5,6	66	7,4	
Enseignement supérieur	135	94,4	824	92,6	
Profession					0,01
Cadre et profession intellectuelle supérieure	38	26,6	176	19,8	
Employée	31	21,7	255	28,7	
Sans profession, retraitée	11	7,7	33	3,7	
Elèves et étudiantes	53	37,1	399	44,8	
Parité (moy ± ET – Min-Max)	0,4 ± 0,9 [0 – 4]		0,4 ± 0,8 [0 – 5]		0,4
Age des premières règles (moy ± ET – Min-Max)	12,5 ± 1,5 [9 – 17]		12,7 ± 1,6 [8 – 18]		0,02
Contraception					
Pilule oestroprogestative	21	14,7	266	29,9	<0,001
Pilule progestative	6	4,2	81	9,1	0,03
Stérilet au cuivre	41	28,7	149	16,7	<0,001
Préservatif	38	26,6	184	20,7	0,07
Stérilet à la progestérone	8	5,6	55	6,2	0,5
Méthodes naturelles	15	10,5	38	4,3	<0,005
Implant	5	3,5	24	2,7	0,4
Pas de contraception	21	14,7	173	19,4	0,1
Abondance des saignements					0,02
Faible	20	14,0	133	12,7	
Moyenne	63	44,1	491	55,2	
Importante	53	37,1	226	25,4	
Très importante	7	4,9	60	6,7	
Durée des cycles menstruels					0,03
Cycles courts (<21 jours)	5	3,5	91	10,2	
Cycles habituels (28 jours en moyenne)	119	83,2	683	76,7	
Cycles longs (>35 jours)	19	13,3	116	13,0	

8. RÉSUMÉ ET MOTS CLÉS

Introduction : La protection hygiénique la plus utilisée en France est la serviette hygiénique jetable, devant le tampon et la coupe menstruelle. Notre étude avait pour objectifs de faire un état des lieux des différentes méthodes de protection hygiénique utilisées par les Françaises, d'identifier les facteurs de choix, d'en évaluer la satisfaction et d'établir un profil.

Méthode : Mille-trente-trois femmes françaises ont été inclues sur une période d'un mois via les réseaux sociaux. Le critère de jugement principal était d'établir une représentation globale de l'usage des différentes méthodes de protections intimes et du profil des utilisatrices grâce à des données sociodémographiques, gynécologiques et comportementales.

Résultats : Le confort, la fiabilité et la praticité étaient les critères principaux recherchés chez les utilisatrices. L'aspect écologique et sain était sollicité chez les utilisatrices de protections réutilisables et représentait un désavantage majeur chez les utilisatrices de protections jetables. La coupe menstruelle était le type de protection hygiénique le plus apprécié par les femmes ; toutes se sentaient globalement satisfaites.

Conclusion : Les facteurs de choix en matière d'hygiène féminine sont multiples. C'est dans un mouvement soucieux de l'environnement et de la santé menstruelle que voit émerger de nouvelles méthodes de protection. Mais un véritable travail d'information est primordial.

Mots clés : Protections intimes ; Hygiène ; Menstruations.

9. SOMMARY AND KEYWORDS

Introduction : The most used menstrual product in France is the disposable sanitary pad, followed by the tampon and the menstrual cup. The objectives of our study were to overview the various methods of sanitary protection used by French women, to identify the factors of choice, to assess their satisfaction and to establish a typical profile.

Method : One thousand and thirty three French women were studied over a one-month period via social networks. The main selection criterion was to establish an overall representation of the use of the different methods of sanitary protection and the profile of the users thanks to sociodemographic, gynecological and behavioral data.

Results : Comfort, reliability and practicality were the main criteria sought by users. Reusable protection users lauded the ecological and healthy aspects of their products. Those aspects were major disadvantages for the users of disposable protections. The menstrual cup was the most appreciated type of menstrual product; all women users felt globally satisfied.

Conclusion : The choice factors for feminine hygiene are many. Health and ecological concerns allowed new methods of sanitary protection to emerge. But real information work is essential.

Keywords : Menstrual product ; Menstruation ; Sanitary protection.