



Les Français et la ménopause

Résultats d'étude – Décembre 2019



FONDATION
DES FEMMES



Toute publication, totale ou partielle
des résultats de ce sondage doit mentionner
la source "Kantar".

Sommaire

1.	Perception du vieillissement dans la société française	p. 4
2.	La ménopause du point de vue des femmes concernées : un vécu globalement positif... avec du recul	p. 7
3.	La ménopause : un non-sujet lorsque l'on n'est pas concerné	p. 13
4.	Un sujet dont on parle dans l'intimité...	p. 19
5.	... mais qui est encore tabou	p. 22
6.	Une faible connaissance du sujet... limitée aux symptômes et impacts de la ménopause (avec quelques <i>a priori</i>)	p. 28
7.	Une communication attendue sur le sujet	p. 36

**Fondation des Femmes
MGEN
Femme Actuelle**

Kantar

Emmanuel Rivière
01 40 92 46 30
emmanuel.riviere@kantar.com

Guillaume Caline
01 40 92 35 91
guillaume.caline@kantar.com

Camille Morisson
01 40 92 44 93
camille.morisson@kantar.com

Ce document a été rédigé en accord avec les procédures Qualité Kantar Public.
Il a été contrôlé par Emmanuel Rivière, CEO de Kantar Public France



Méthodologie



Échantillon

- Un échantillon de **1505 personnes**, représentatif de l'ensemble de la population âgée de 18 ans et plus - dont un sur-échantillon de 500 femmes âgées de 45 à 60 ans
- **Méthode des quotas** (sexe et âge croisés, profession de l'individu, région et catégorie d'agglomération)



Mode de recueil

- Interviews réalisées **en ligne**.



Dates de terrain

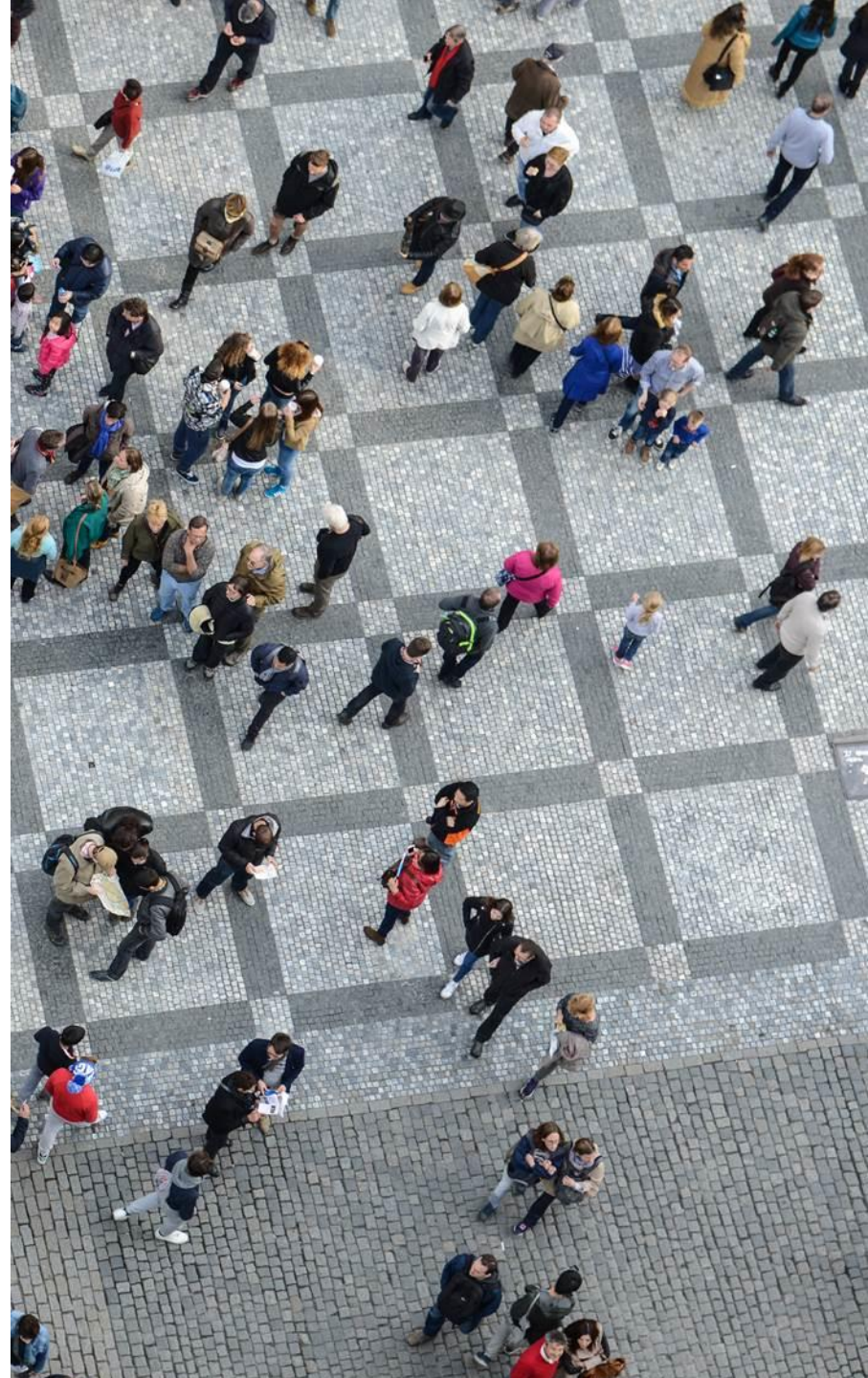
Le terrain s'est déroulé du **7 au 15 novembre 2019**

Note de lecture :

xx : différence significative par rapport à l'échantillon opposé (supérieure / inférieure)

Toutes les questions n'ont pas été posées à l'ensemble de l'échantillon : se trouvent en bas de page les indications permettant de savoir qui a répondu à chaque question. À noter que l'indication « *Personnes concernées par la ménopause* » signifie : ensemble des femmes, et les hommes dont les compagnes sont ou vont prochainement être concernées par la ménopause

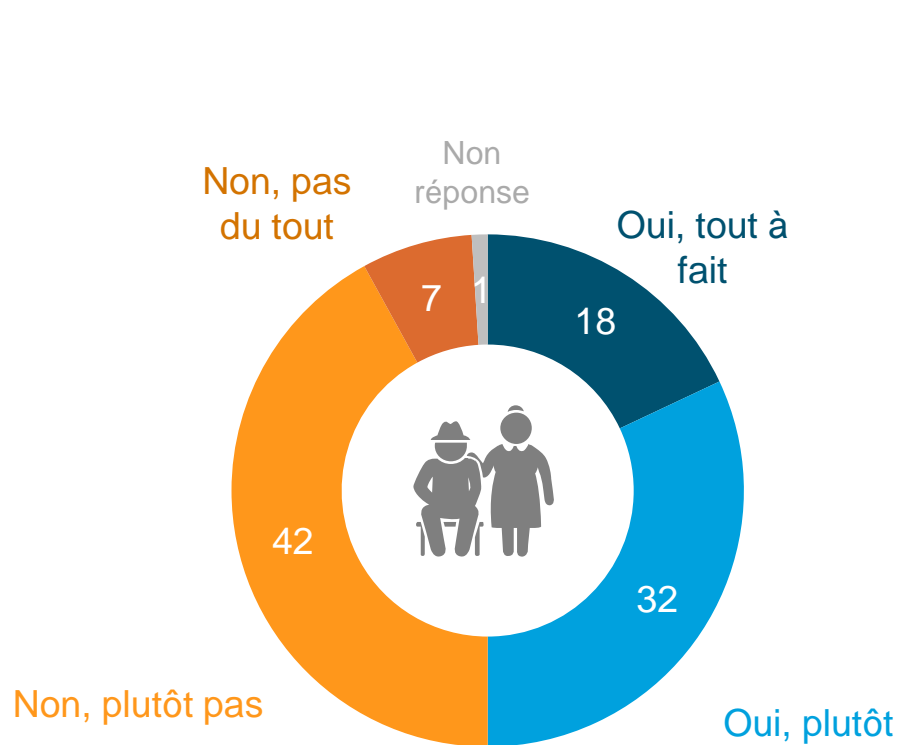
Perception du vieillessement dans la société française



Les Français sont partagés sur le traitement inégalitaire des hommes et des femmes lorsqu'ils vieillissent : les femmes elles sont plus nombreuses à percevoir une différence, en particulier les plus jeunes

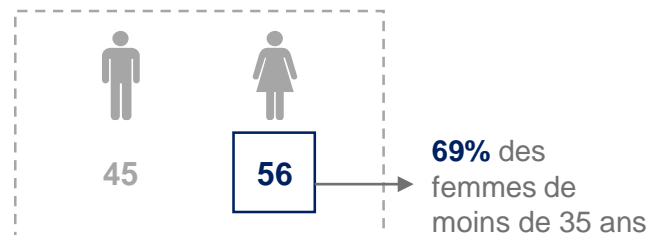
Q1 Avez-vous le sentiment que les hommes et les femmes sont traités différemment dans la société française lorsqu'ils vieillissent ?

En %



50%

ont le sentiment que les femmes et les hommes sont traités différemment quand ils vieillissent

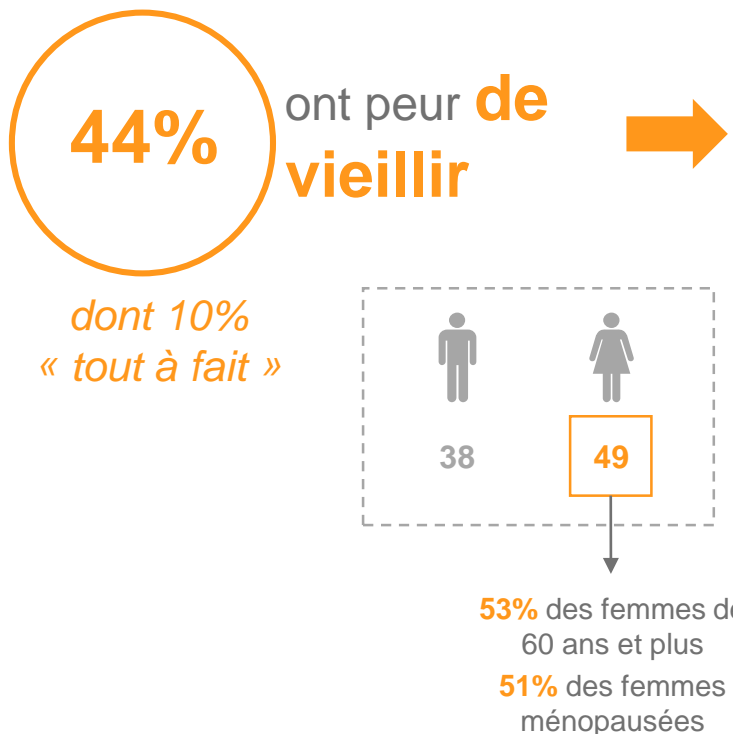


Base : Ensemble

4 Français sur 10 ont peur de vieillir, et ce chiffre est encore plus important chez les femmes : elles sont une sur deux.

Q2 Vous-même, avez-vous peur de vieillir ?

En %

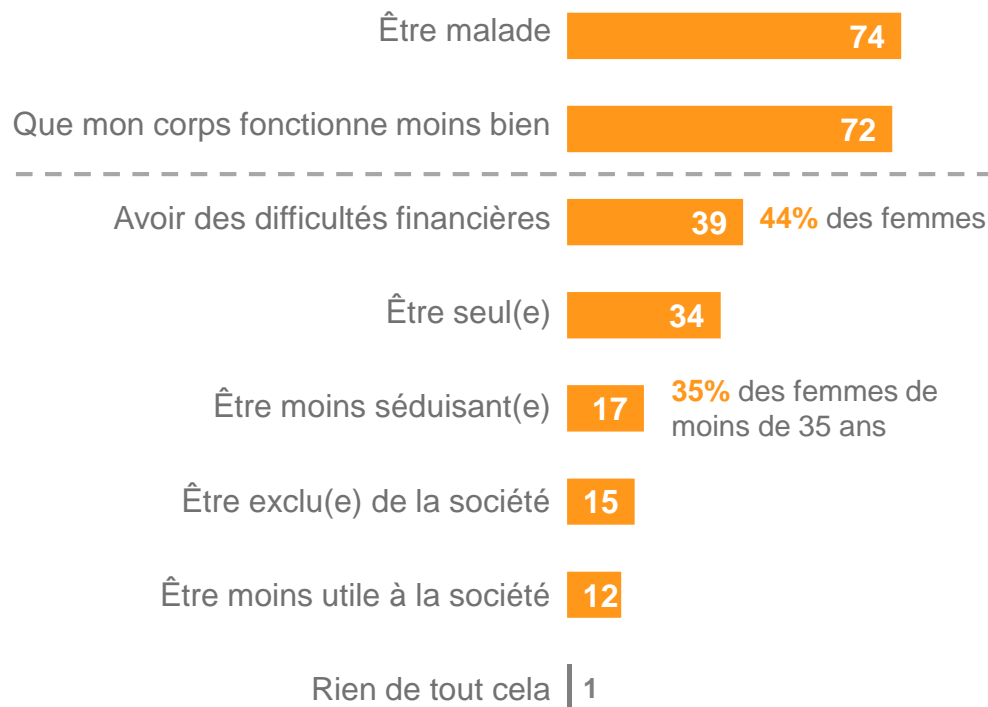


Base : Ensemble

Q3 Qu'est-ce qui vous fait peur ?

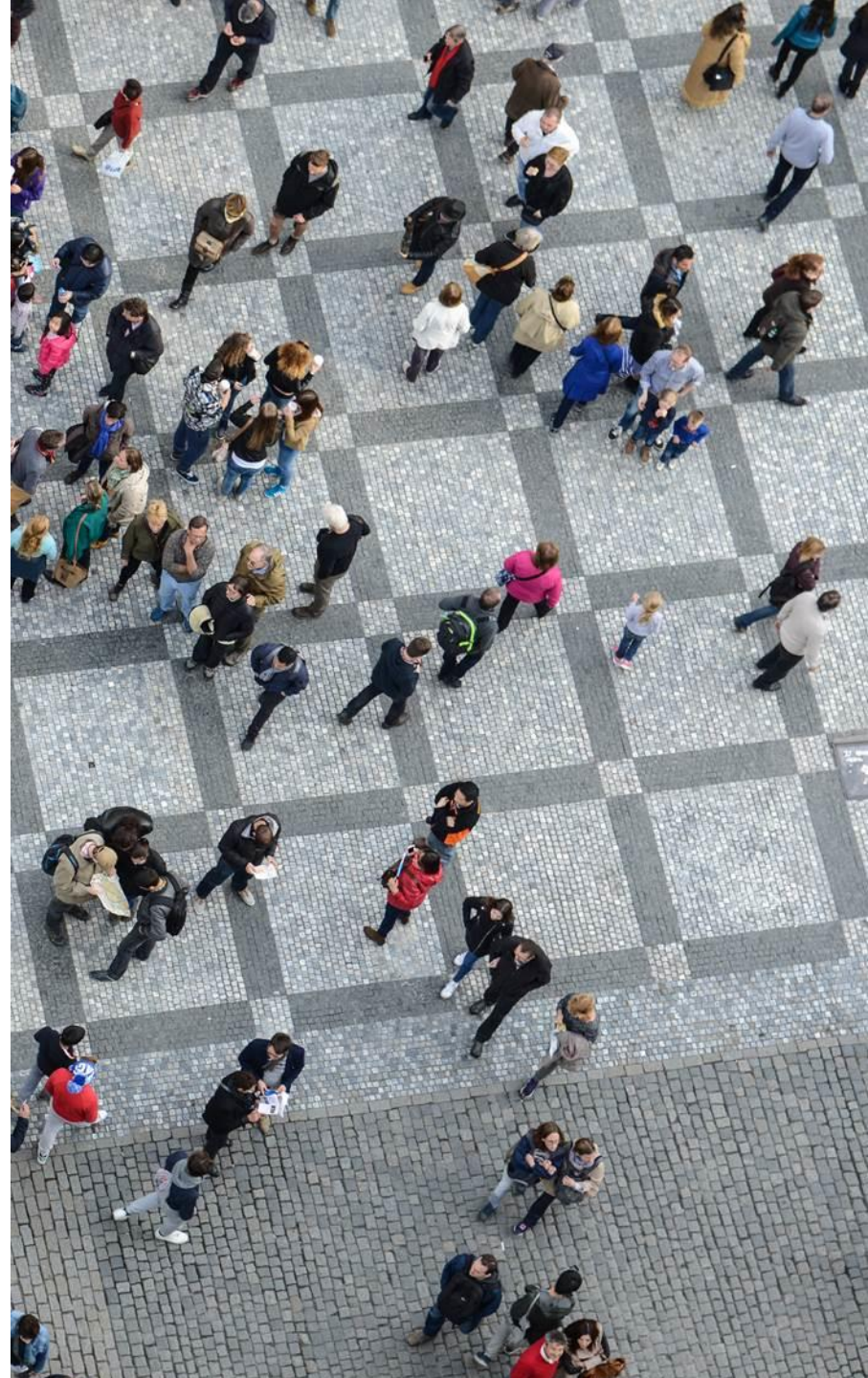
(PLUSIEURS RÉPONSES POSSIBLES, TOTAL SUPÉRIEUR À 100)

En %



Base : Ont peur de vieillir (695)

**La ménopause du point
de vue des femmes
concernées : un vécu
globalement positif...
avec du recul**

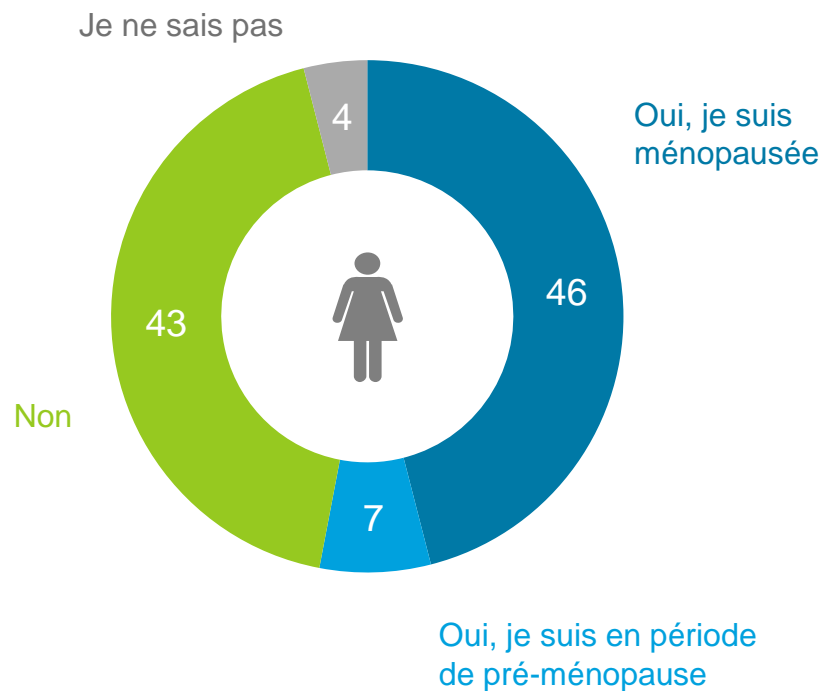


PROFIL DES FEMMES INTERROGÉES VIS-À-VIS DE LA MÉNOPAUSE

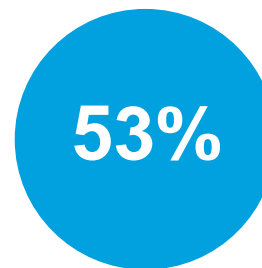


Q18 Êtes-vous ménopausée ou en période de pré-ménopause ?

En %



Base : Femmes (1051)

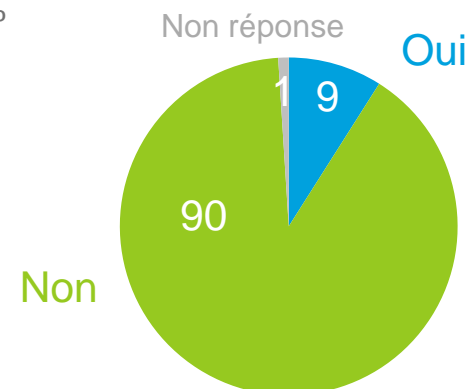


des femmes sont ménopausées ou en période de pré-ménopause



Q19 Prenez-vous un traitement médical dans le cadre de votre ménopause ou pré-ménopause ?

En %



Base : Femmes ménopausées ou pré-ménopausées (635)

Une large majorité de femmes déclare avoir bien vécu le passage à la ménopause et bien vivre la ménopause : c'est moins le cas pour les personnes en train de vivre ce passage et les femmes récemment ménopausées

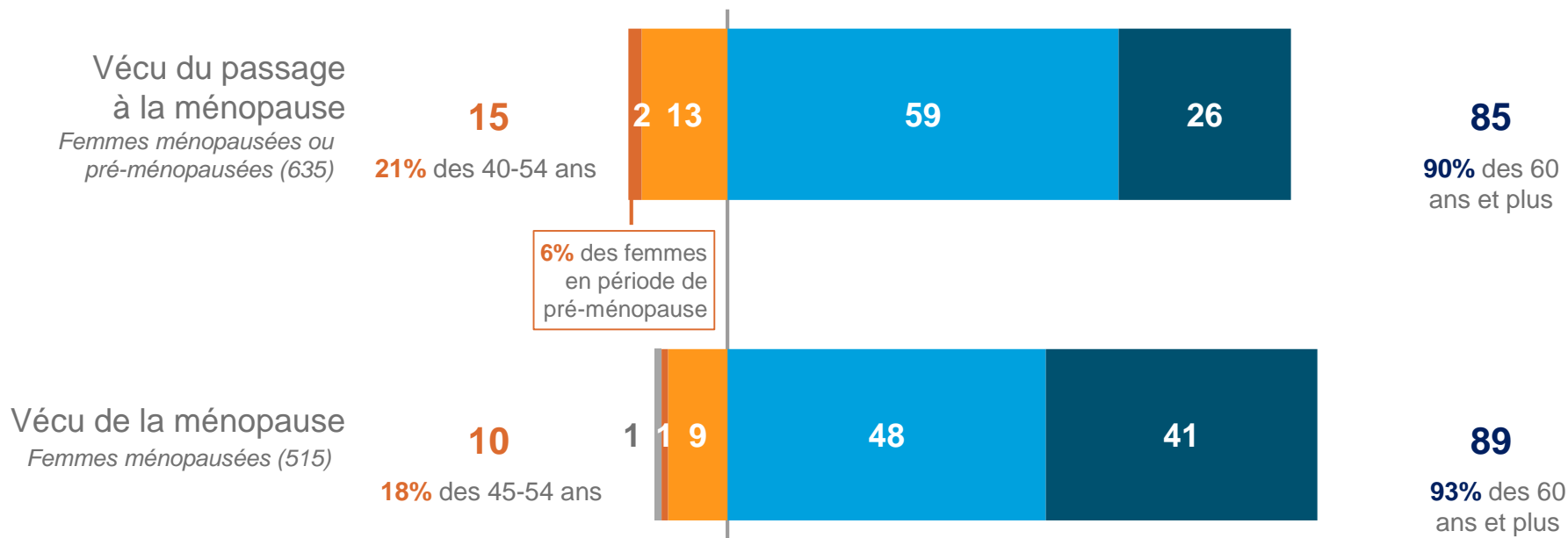


Q20 Globalement, comment avez-vous vécu ou vivez-vous le passage à la ménopause ?

Q21 Et comment vivez-vous la ménopause ?

En %

Mal vécu ■ Non réponse ■ Très mal ■ Plutôt mal ■ Plutôt bien ■ Très bien **Bien vécu**

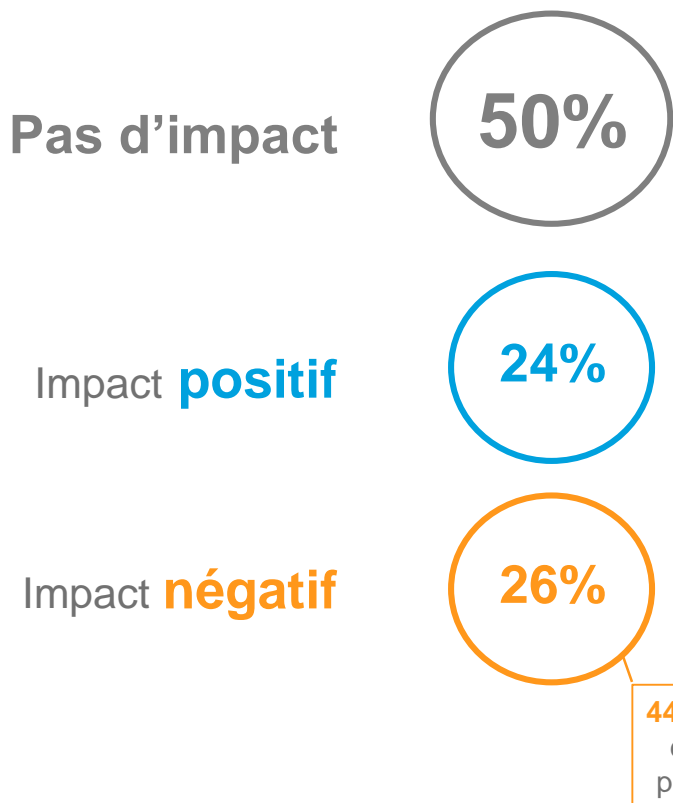


Les femmes déclarent majoritairement que la ménopause n'a pas d'impact sur leur quotidien : c'est un peu moins le cas concernant la pré-ménopause, en particulier pour les femmes en période de pré-ménopause, qui sont plus nombreuses à évoquer un impact négatif



Q22 Diriez-vous que le passage à la ménopause a, ou a eu, sur votre quotidien un impact ...

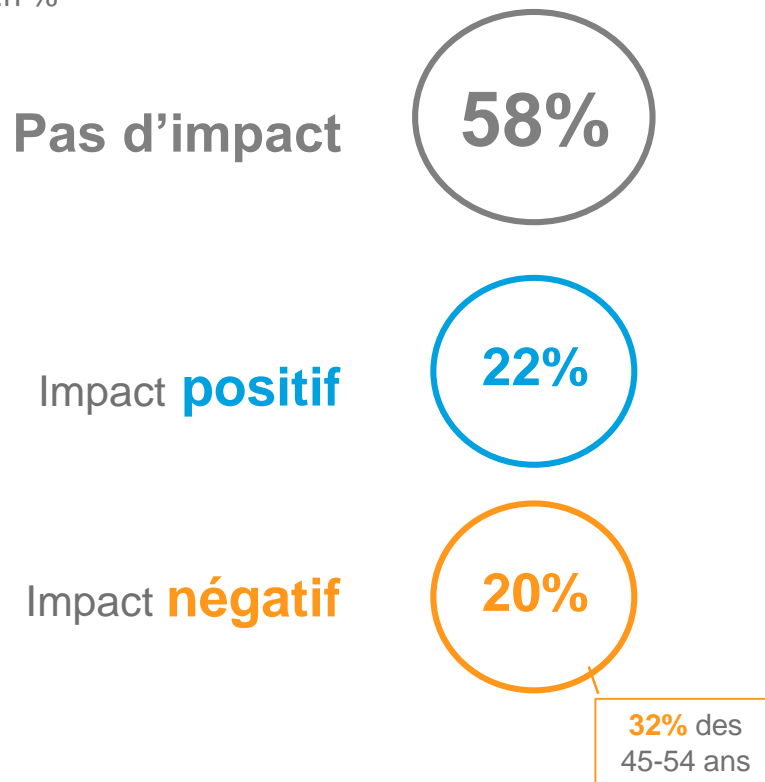
En %



Base : Femmes ménopausées ou pré-ménopausées (635)

Q23 Et diriez-vous que la ménopause a sur votre quotidien un impact ...

En %



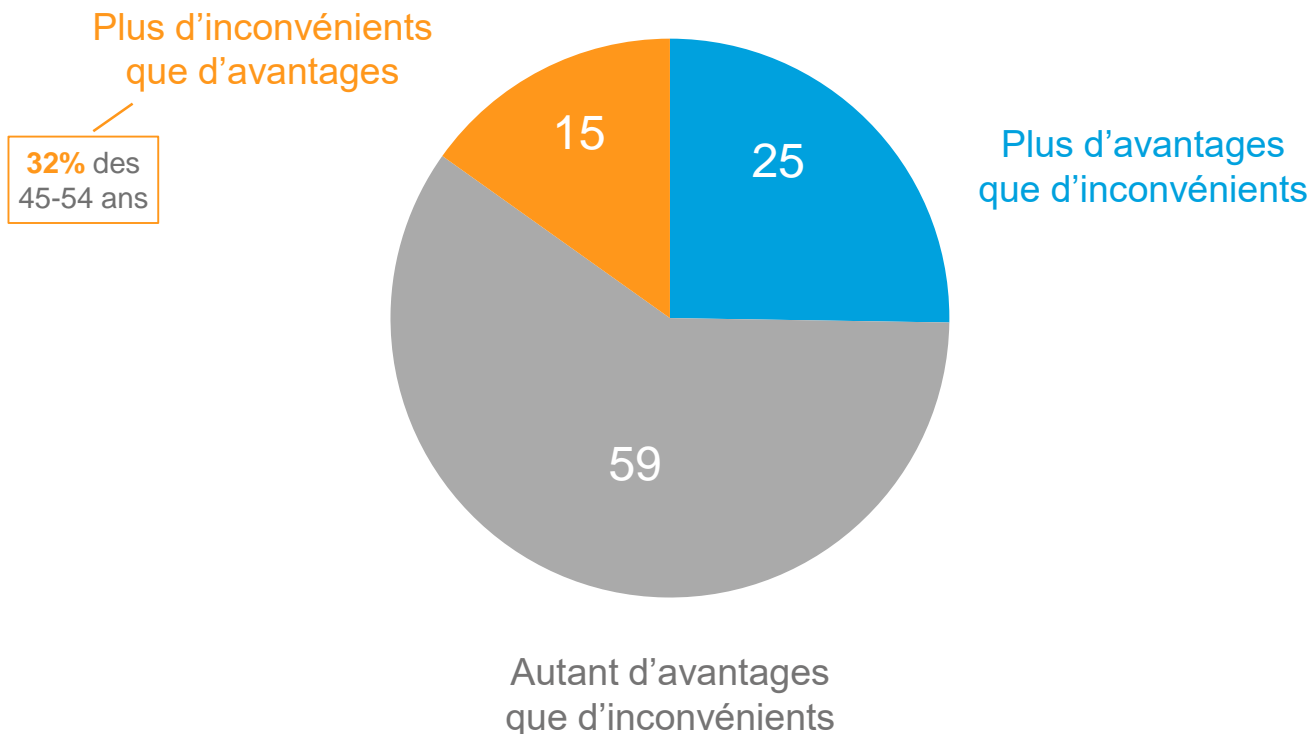
Base : Femmes ménopausées (515)

Plus de la moitié des femmes ménopausées voient autant d'avantages que d'inconvénients à la ménopause. Les femmes récemment ménopausées sont toutefois plus nombreuses que l'ensemble à dire que la ménopause présente plus d'inconvénients que d'avantages



Q26 Au global, diriez-vous qu'être ménopausée présente...

En %



Base : Femmes ménopausées (515)

Le principal avantage perçu de la ménopause est le fait d'être libérée des contraintes et douleurs liées aux règles. Pouvoir se dispenser des moyens de contraception arrive en deuxième, loin derrière



Q27 Et selon-vous, quel est le principal avantage de la ménopause ?

En %

Être libérée des inconvénients et douleurs
qui peuvent être liés aux règles 55

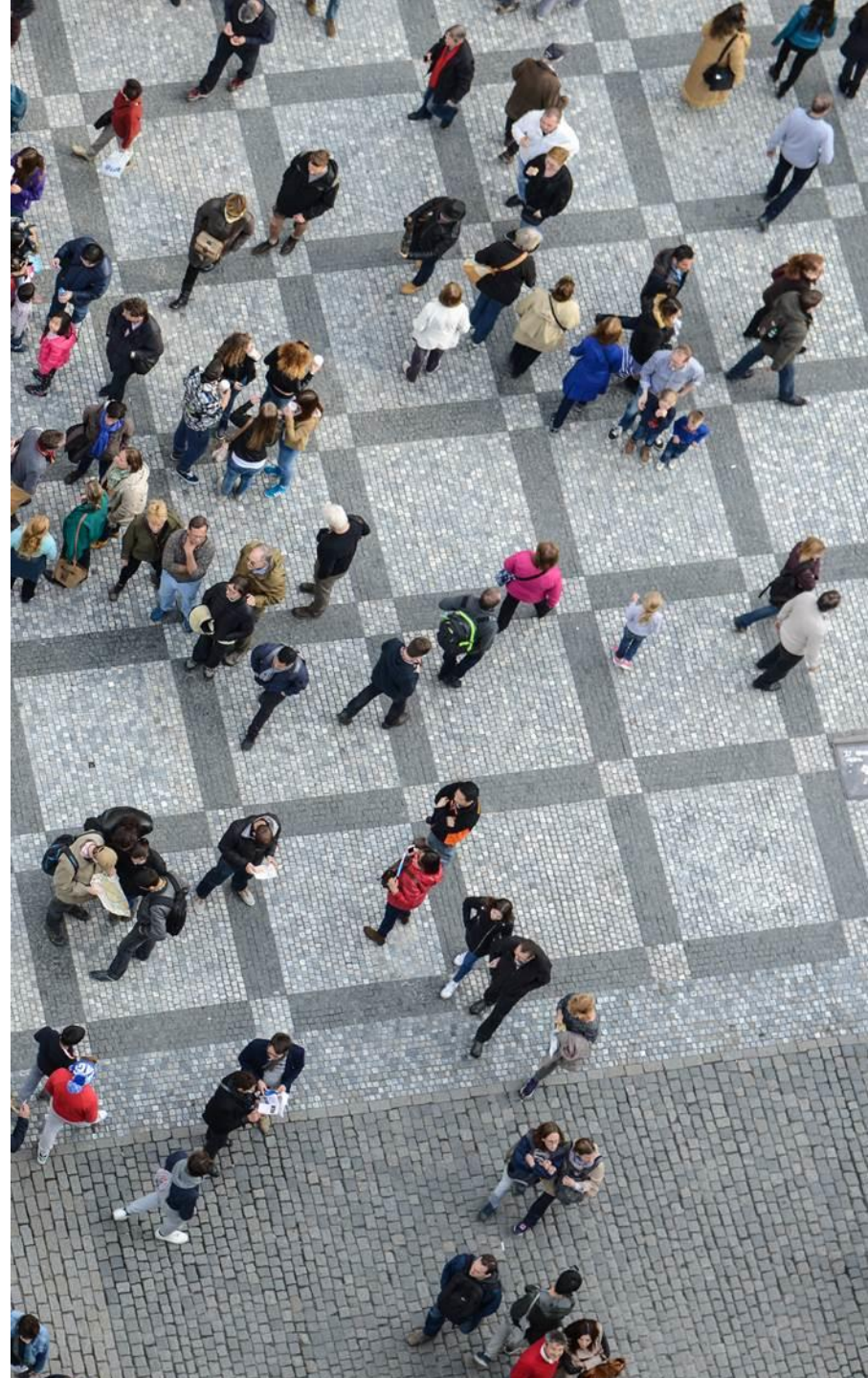
Pouvoir se dispenser de moyens de
contraception 26

Economiser l'achat de protections
hygiéniques (tampons, serviettes, ...) 7 | 13% des 45-54 ans

Aucun avantage 12

Base : Femmes ménopausées (515)

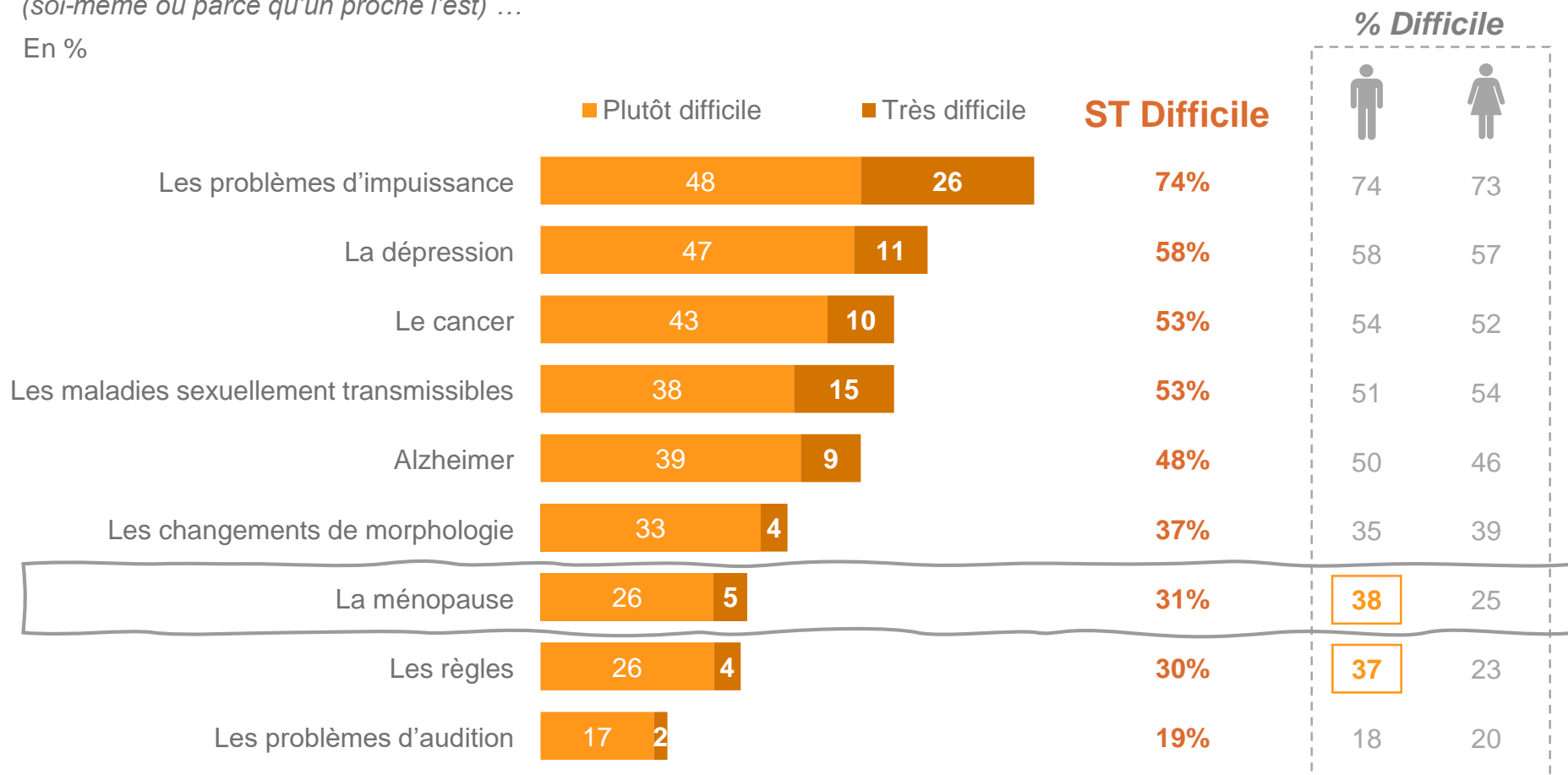
La ménopause : un non-sujet lorsque l'on n'est pas concerné



La ménopause, avec les règles et les problèmes d'audition, font parties des sujets de santé qui semblent les moins difficiles à évoquer d'après les Français. Les hommes ont plus de difficultés que les femmes quand il s'agit de parler de la ménopause ou des règles...

Q4 Dans quelle mesure est-il facile de parler de chacun des sujets suivants quand on est concerné (soi-même ou parce qu'un proche l'est) ...

En %



Base : Ensemble

... et particulièrement les hommes de moins de 50 ans concernant la ménopause : quasiment un sur deux considère qu'il est difficile de parler de ce sujet

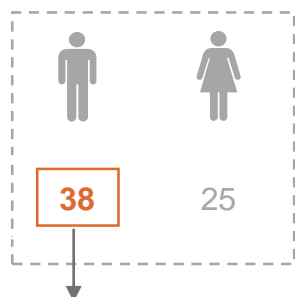
Q4 Dans quelle mesure est-il facile de parler de chacun des sujets suivants quand on est concerné (soi-même ou parce qu'un proche l'est) ...

En %

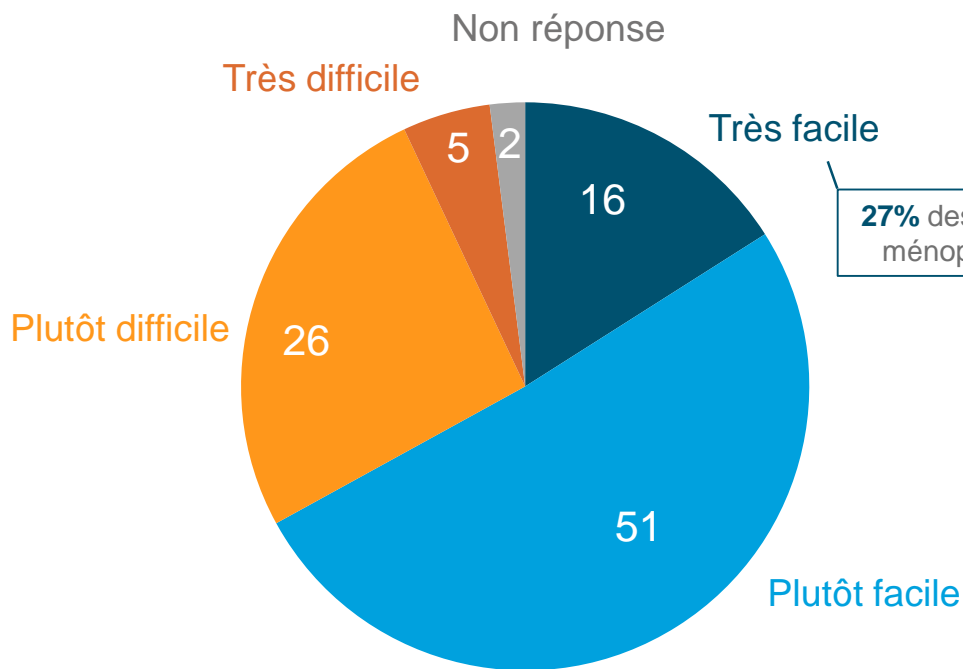
LA MENOPAUSE

31%

Considèrent qu'il est difficile de parler de la ménopause



48% des hommes de moins de 50 ans



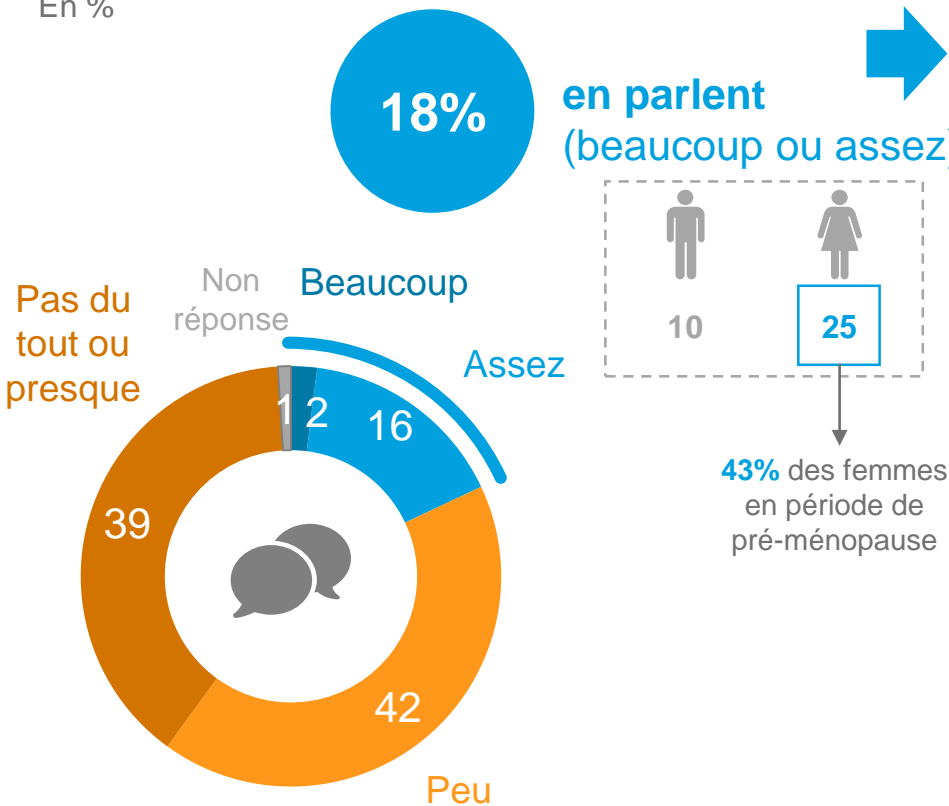
27% des femmes ménopausées

Base : Ensemble

Dans les faits, la ménopause est un sujet dont on parle assez peu, et notamment si l'on n'est pas concerné. Les femmes en période de pré-ménopause sont celles qui évoquent le plus le sujet, afin notamment de chercher des informations et conseils, et partager des inquiétudes. À noter que les femmes ménopausées sont à l'inverse porteuses d'expérience et de conseils

Q7 Et la ménopause, c'est un sujet dont vous parlez...

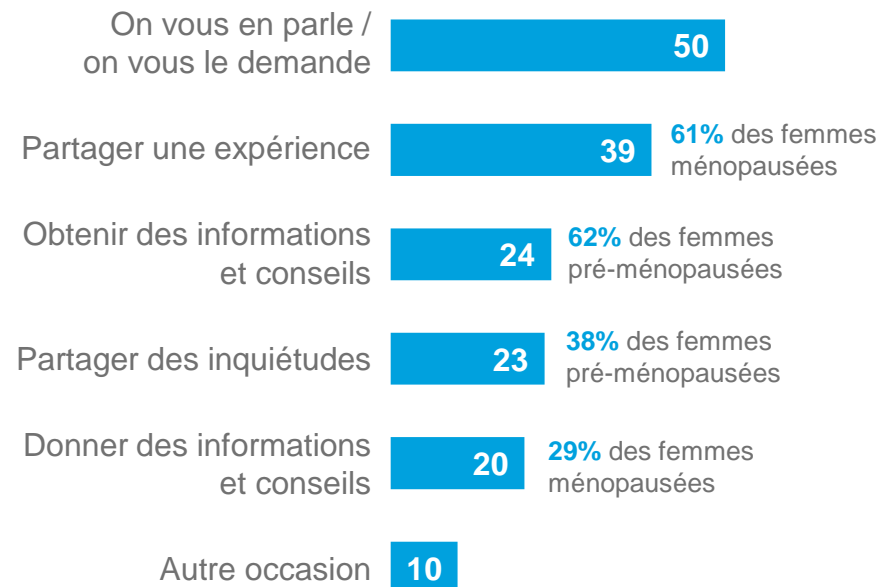
En %



Base : Ensemble

Q8 À quelles occasions parlez-vous de ce sujet ?
(PLUSIEURS RÉPONSES POSSIBLES, TOTAL SUPÉRIEUR À 100)

En %



Base : Parlent du sujet beaucoup ou assez (358)

C'est également un sujet sur lequel on ne s'informe pas, en particulier lorsqu'on est un homme ou une femme âgée de moins de 40 ans. Assez logiquement, les femmes en période de pré-ménopause sont celles qui cherchent le plus d'informations : pour ce faire, elles passent principalement par un professionnel de santé et des gens dans leur entourage

Q30 Vous-même, avez-vous déjà cherché à vous informer sur la ménopause ...
(PLUSIEURS RÉPONSES POSSIBLES, TOTAL SUPÉRIEUR À 100)

En %

Vous n'avez pas cherché à vous informer sur ce sujet

60

Via un professionnel de santé

21

En discutant avec des personnes de votre entourage

19

Sur Internet via des sites d'information

8

ST Internet

Sur Internet via des forums et des blogs

5

12%

Via des magazines féminins

7

ST Presse

Via des magazines spécialisés (santé, science, ...)

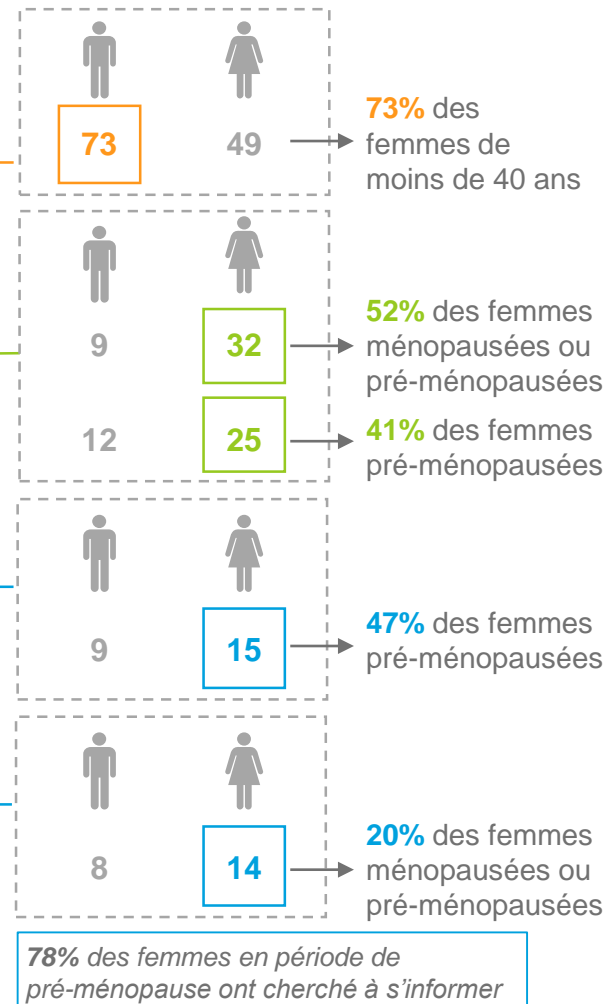
7

11%

Via la télévision

2

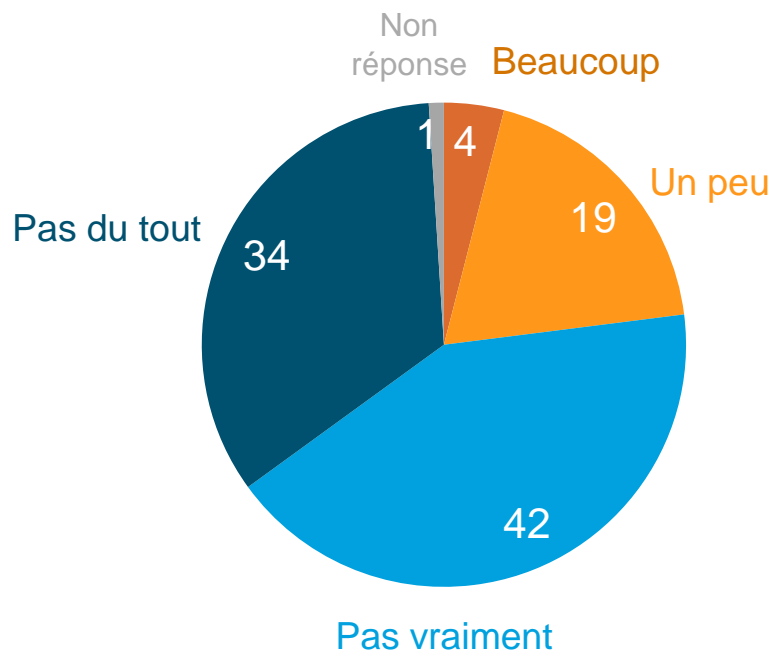
Base : Ensemble



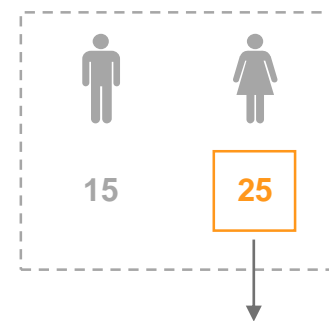
De fait, la ménopause est assez peu un sujet d'inquiétude, sauf pour les femmes en période de pré-ménopause, qui sont quasiment 4 sur 10 à se déclarer inquiètes

Q12 Personnellement, la ménopause est-elle quelque chose qui vous inquiète ou vous a inquiété (même si ce n'est plus le cas actuellement) ?

En %



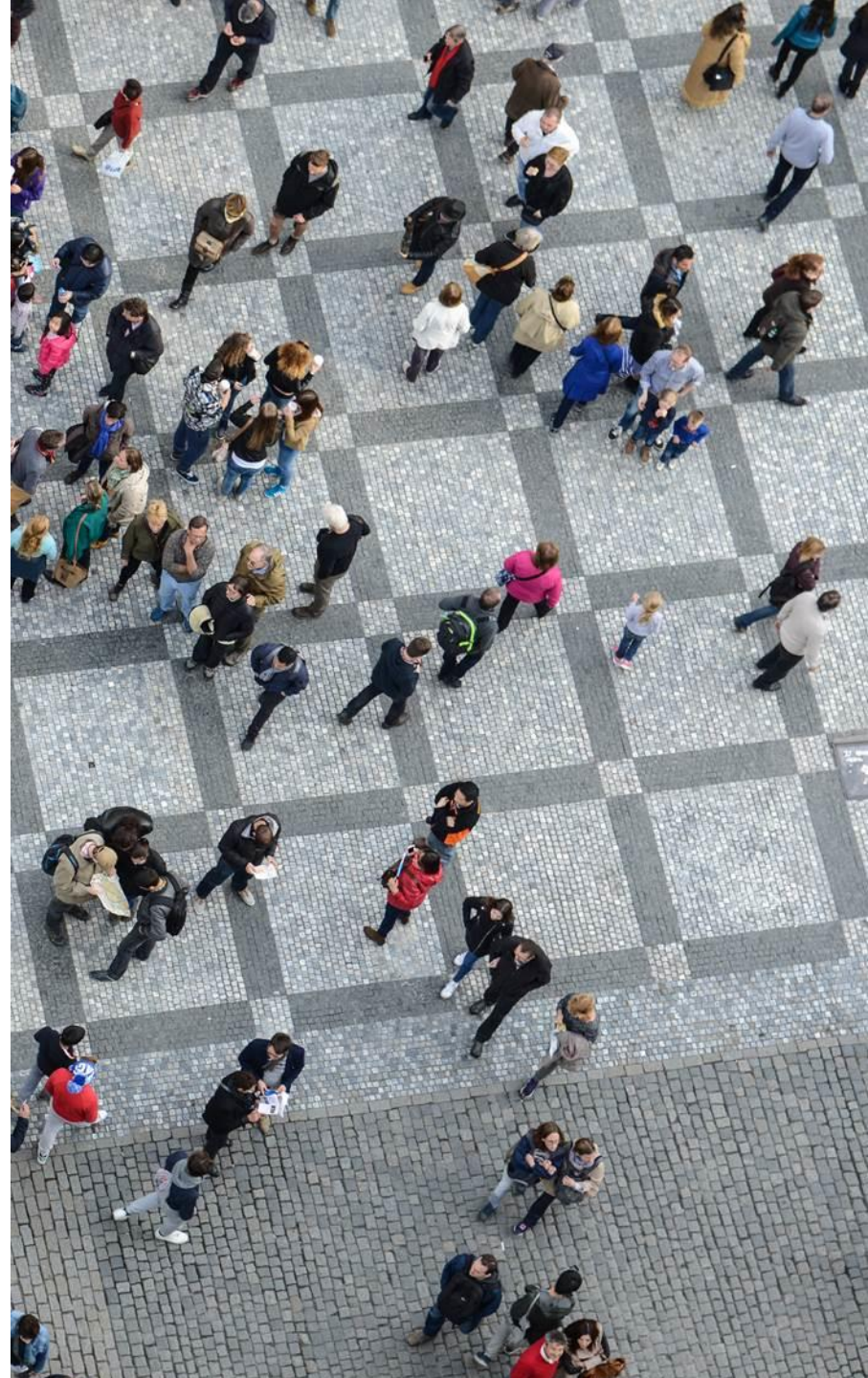
s'inquiètent ou se sont inquiétés



39% des femmes pré-ménopausées

Base : Personnes concernées par la ménopause (1173)

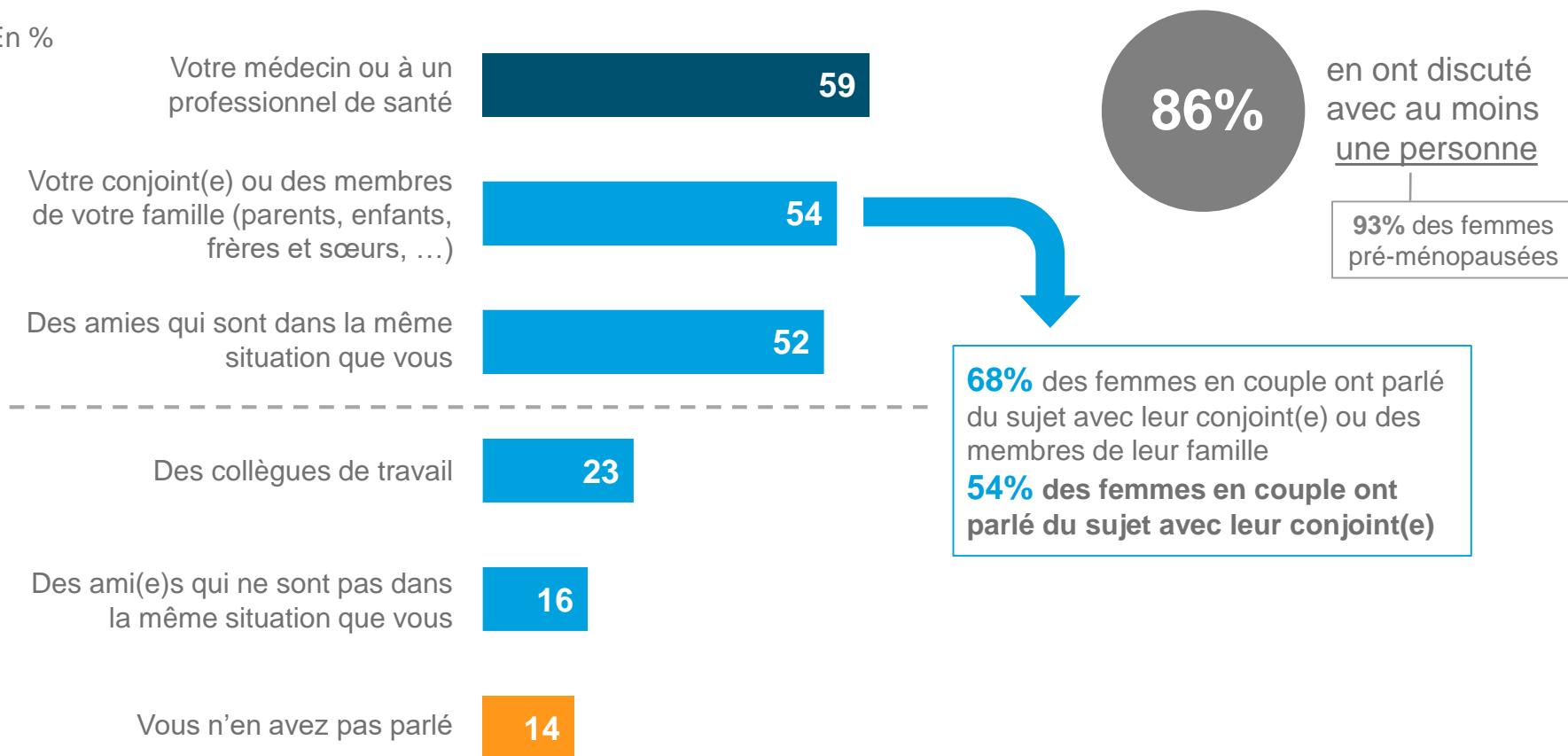
Un sujet dont on parle
dans l'intimité...



Les femmes ménopausées et en période de pré-ménopause sont une majorité à avoir parlé de leur situation à quelqu'un. Parmi les interlocuteurs privilégiés : le médecin et les proches (conjoint, famille ou amies concernées par la ménopause). À noter que seule une femme en couple sur deux a parlé du sujet avec son ou sa conjoint(e)

Q24 Parmi les personnes suivantes, avec qui avez-vous déjà parlé de votre situation (le fait d'être ménopausée ou en période de pré-ménopause) ? (PLUSIEURS RÉPONSES POSSIBLES, TOTAL SUPÉRIEUR À 100)

En %



Base : Femmes ménopausées ou pré-ménopausées (635)

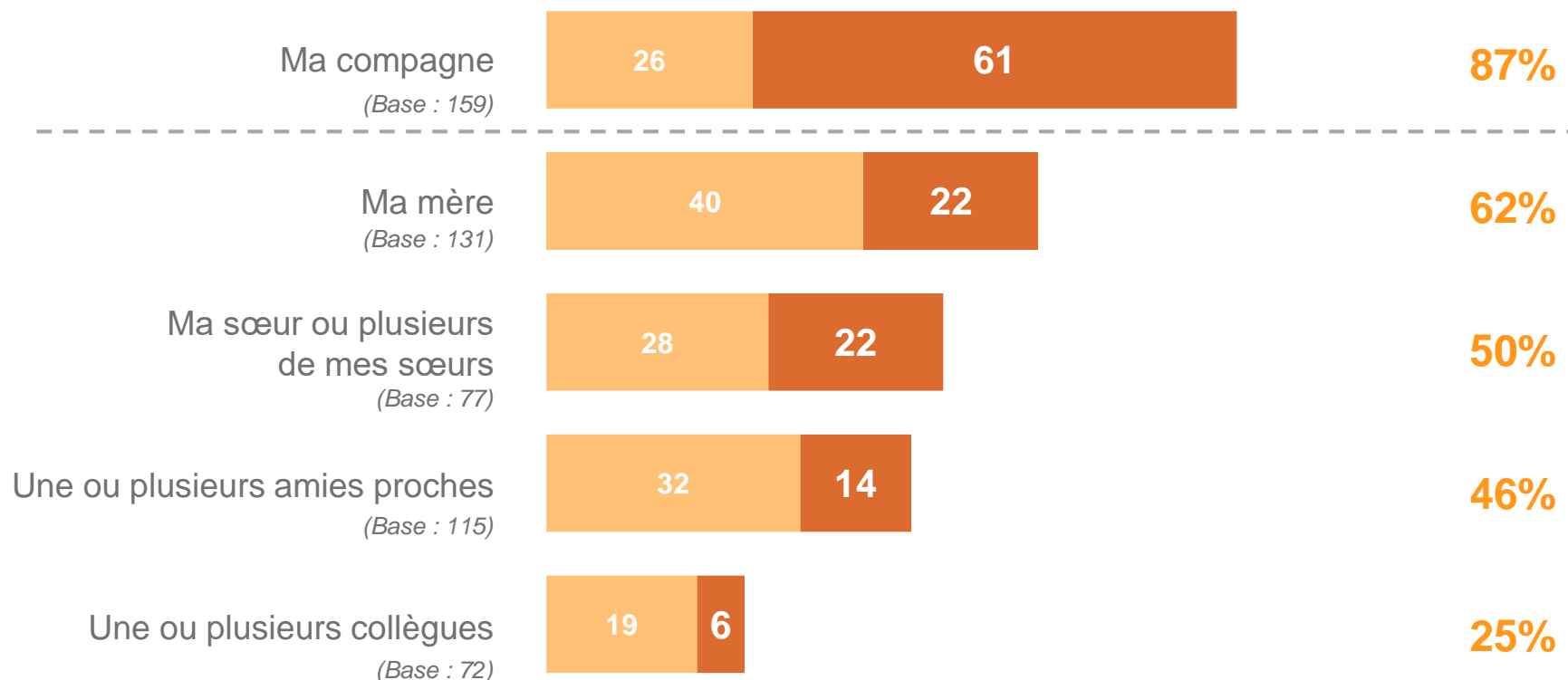
De fait, les conjoints sont une majorité – mais pas la totalité – à connaître la situation de leur compagne vis-à-vis de la ménopause, dont 6 sur 10 certains d’eux. En dehors de leur conjointe, la certitude de connaître la situation des autres femmes de l’entourage est beaucoup plus faible : moins d’un quart connaissent la situation de leur mère et sœur(s)

Q10 Et connaissez-vous la situation de chacune en ce qui concerne la ménopause ?

En %

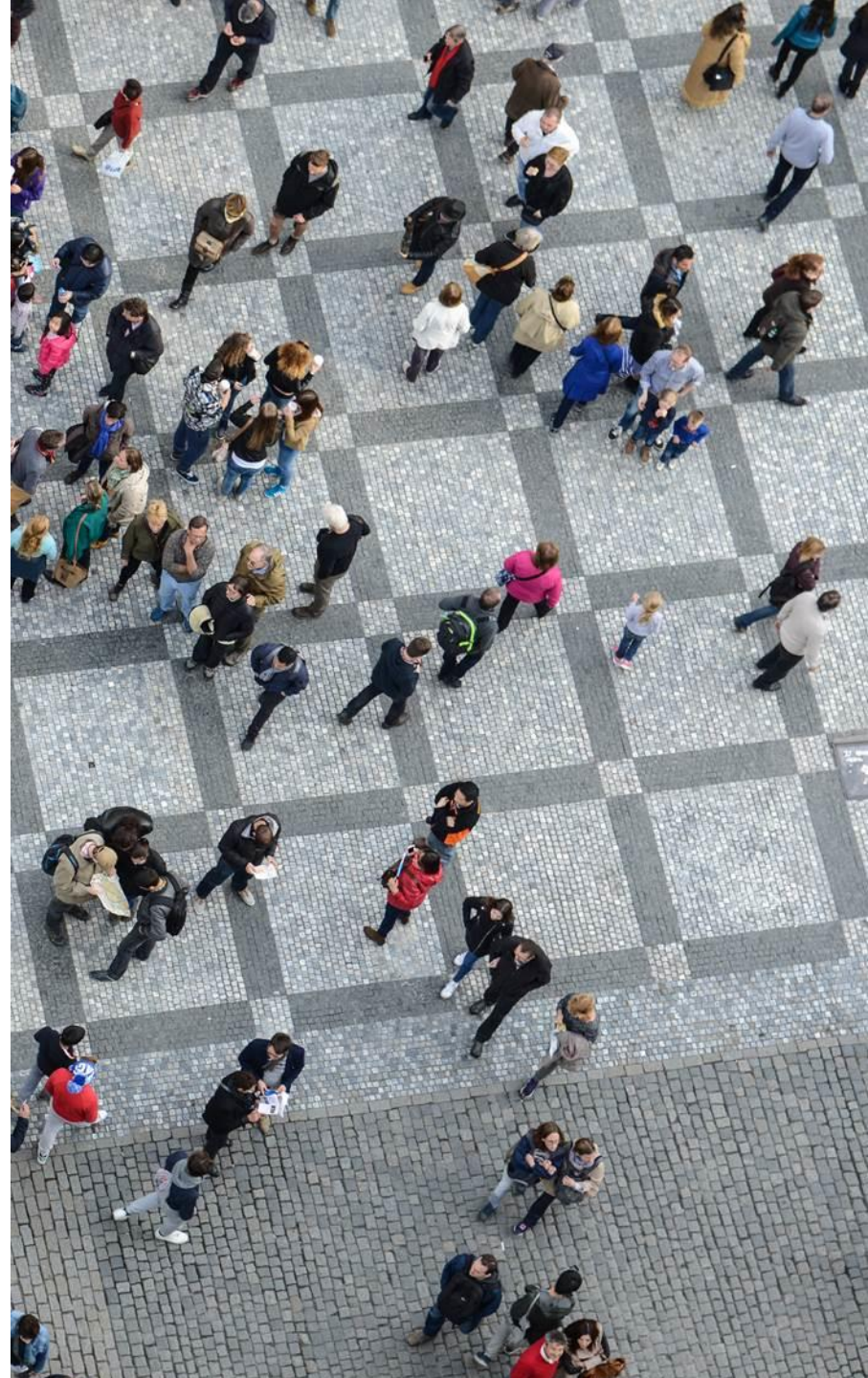
■ Oui, je crois la connaître ■ Oui, je la connais avec certitude

**Sous-total
Connait**



Base : Hommes ayant des femmes âgées de 45 à 60 ans dans leur entourage

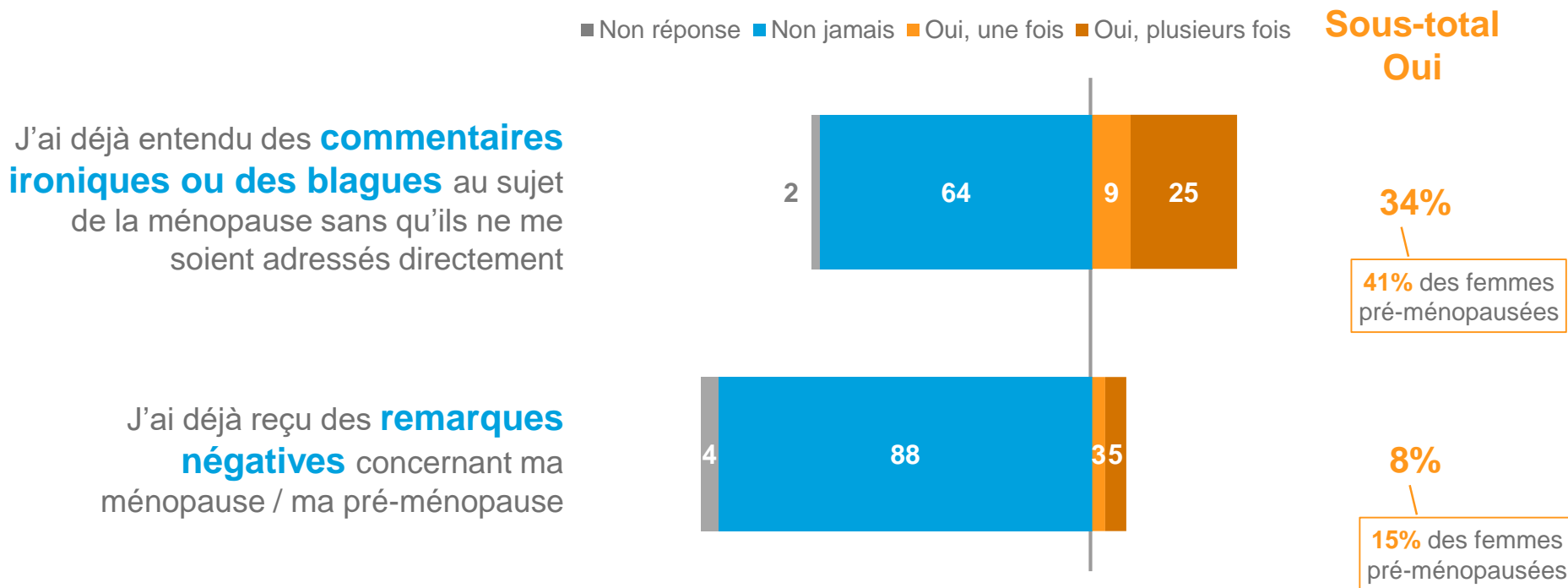
... mais qui est encore
tabou



Les femmes ménopausées ou en période de pré-ménopause sont 1/3 à avoir déjà entendu des blagues au sujet de la ménopause. Les femmes en période de pré-ménopause sont encore plus concernées, y compris par les remarques négatives

Q25 Avez-vous déjà rencontré l'une des situations suivantes ?

En %

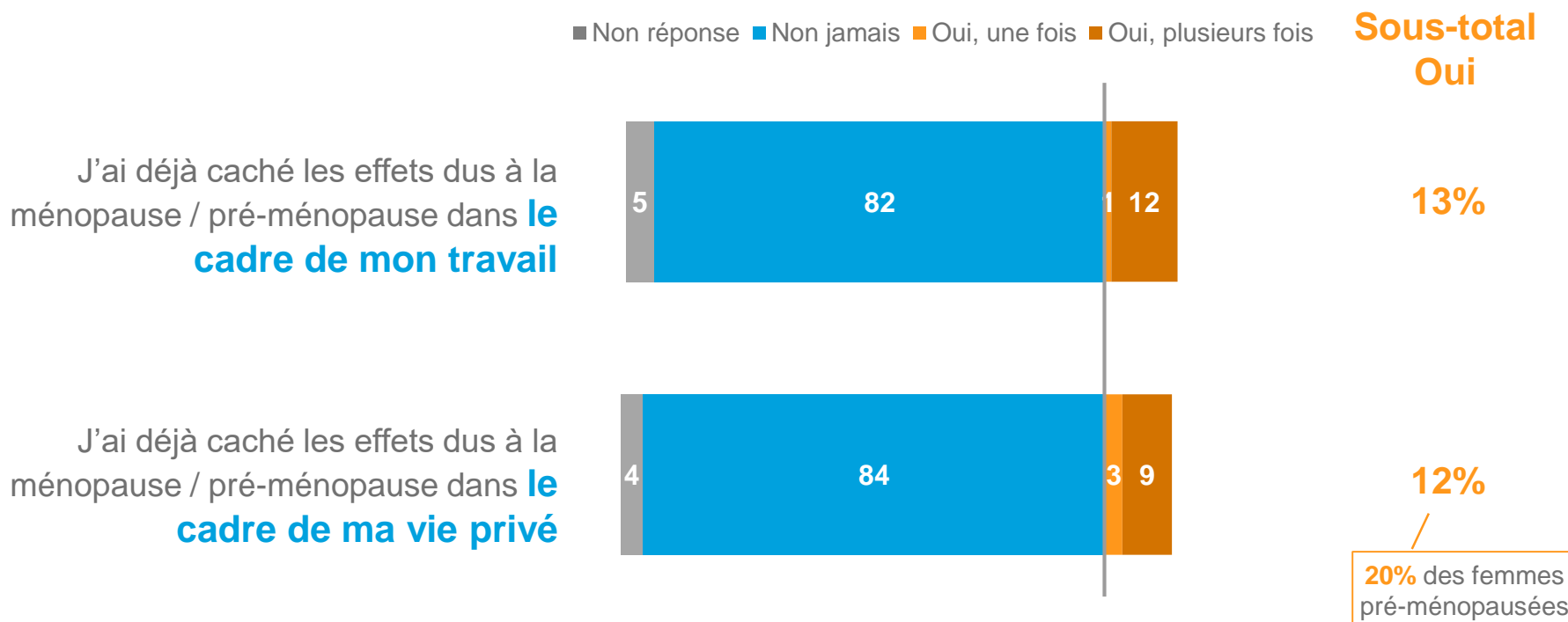


Base : Femmes ménopausées ou pré-ménopausées (635)

Dans ce contexte, si les femmes concernées ont tendance à parler de leur situation à leurs proches, une femme en période de pré-ménopause sur 5 déclare avoir déjà caché les effets liés à son état dans le cadre de sa vie privé

Q25 Avez-vous déjà rencontré l'une des situations suivantes ?

En %

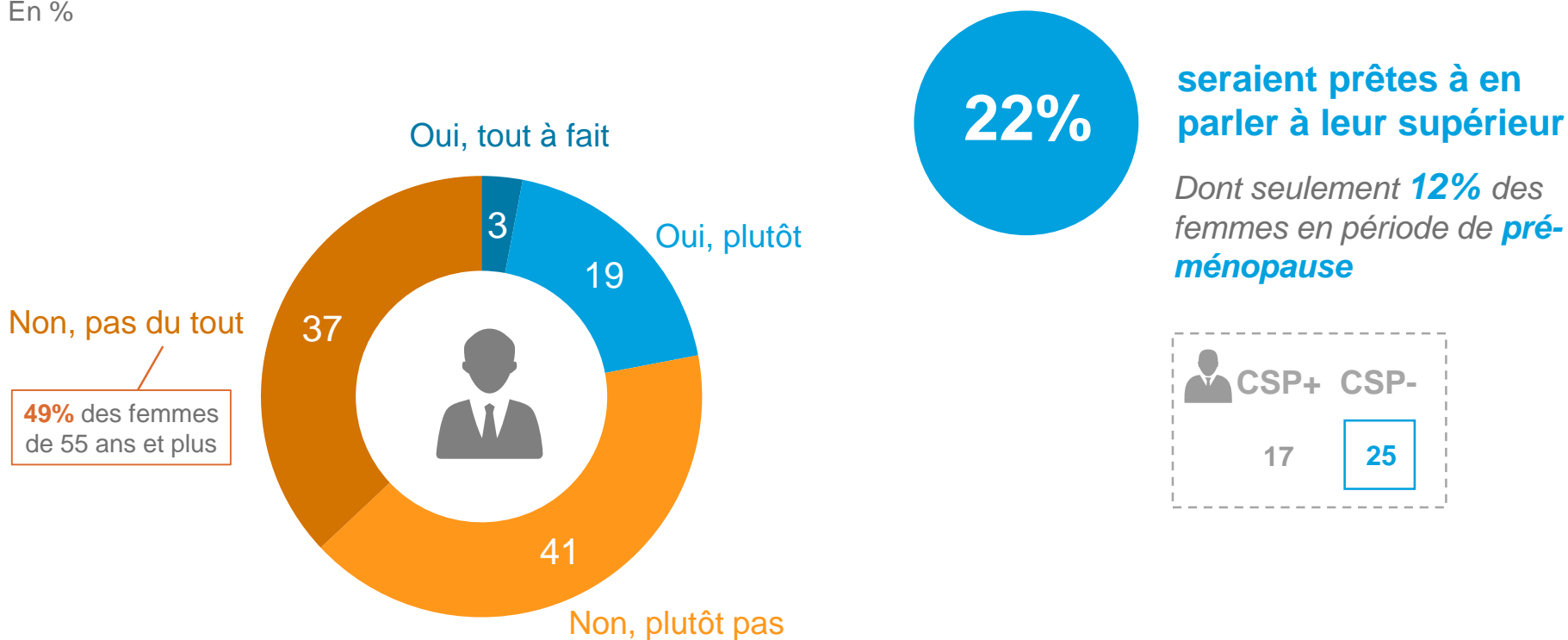


Base : Femmes ménopausées ou pré-ménopausées (635)

Par ailleurs, seulement 1 femme en période de pré-ménopause sur 10 serait prête à parler à son supérieur si elle ressentait des troubles liés à la ménopause. Au global, c'est moins d'un quart des femmes salariées qui seraient prêtes à le faire

Q17 Vous-même, si vous ressentiez des troubles liés à la ménopause, seriez-vous prête à en parler à votre employeur ou à votre responsable hiérarchique ?

En %

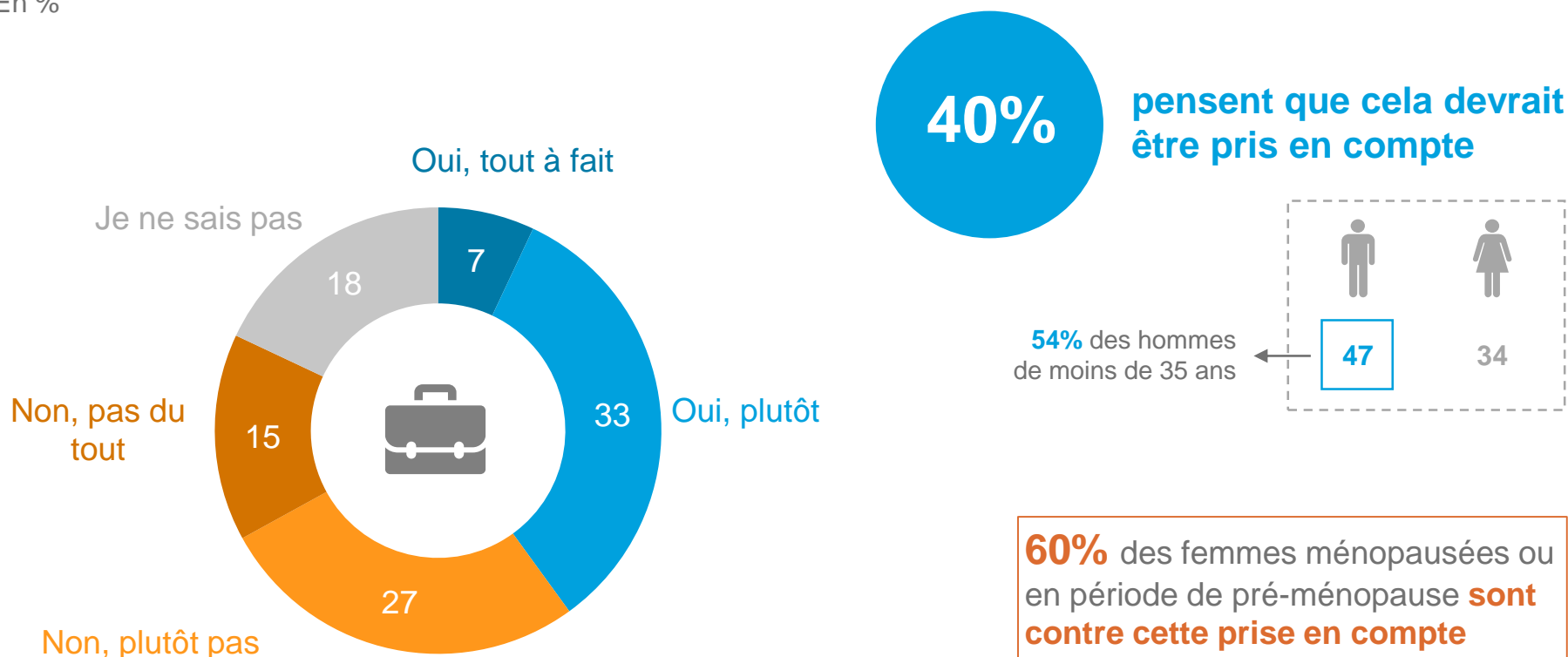


Base : Femmes salariées (669)

De fait, les femmes sont moins nombreuses que les hommes à considérer que la ménopause devrait être prise en compte dans le cadre du travail. Les femmes concernées par la ménopause sont même 6 sur 10 à être contre

Q16 De manière générale, pensez-vous que la ménopause devrait être prise en compte dans le cadre du travail (par exemple avec une adaptation du rythme de travail ou des tâches selon les troubles ressentis) ?

En %

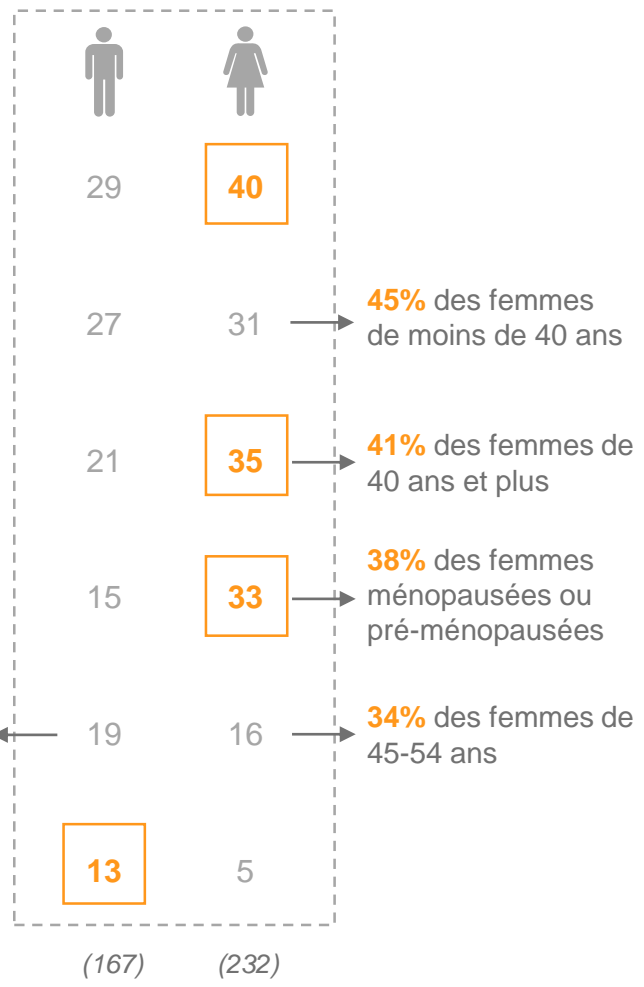
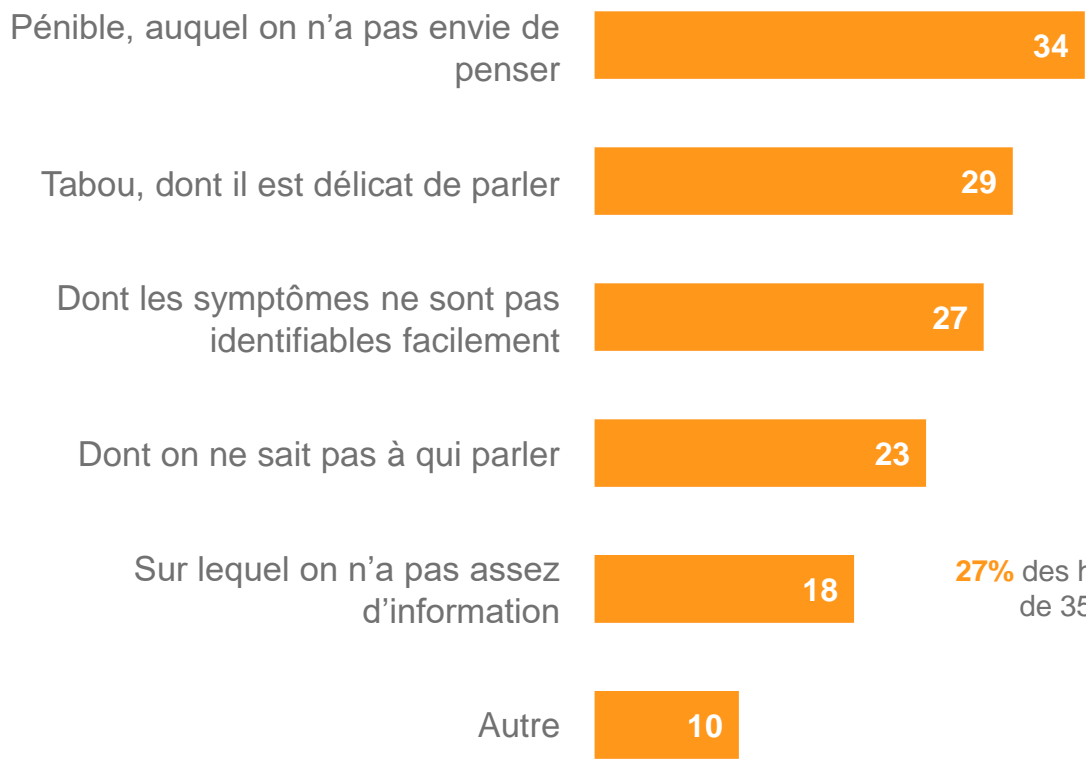


Base : Ensemble

Au global, plusieurs raisons expliquent la difficulté à parler de ce sujet : il est jugé pénible et tabou, et les symptômes ne sont pas facilement identifiables. Pour les femmes concernées par la ménopause, c'est aussi un sujet dont on ne sait à qui parler

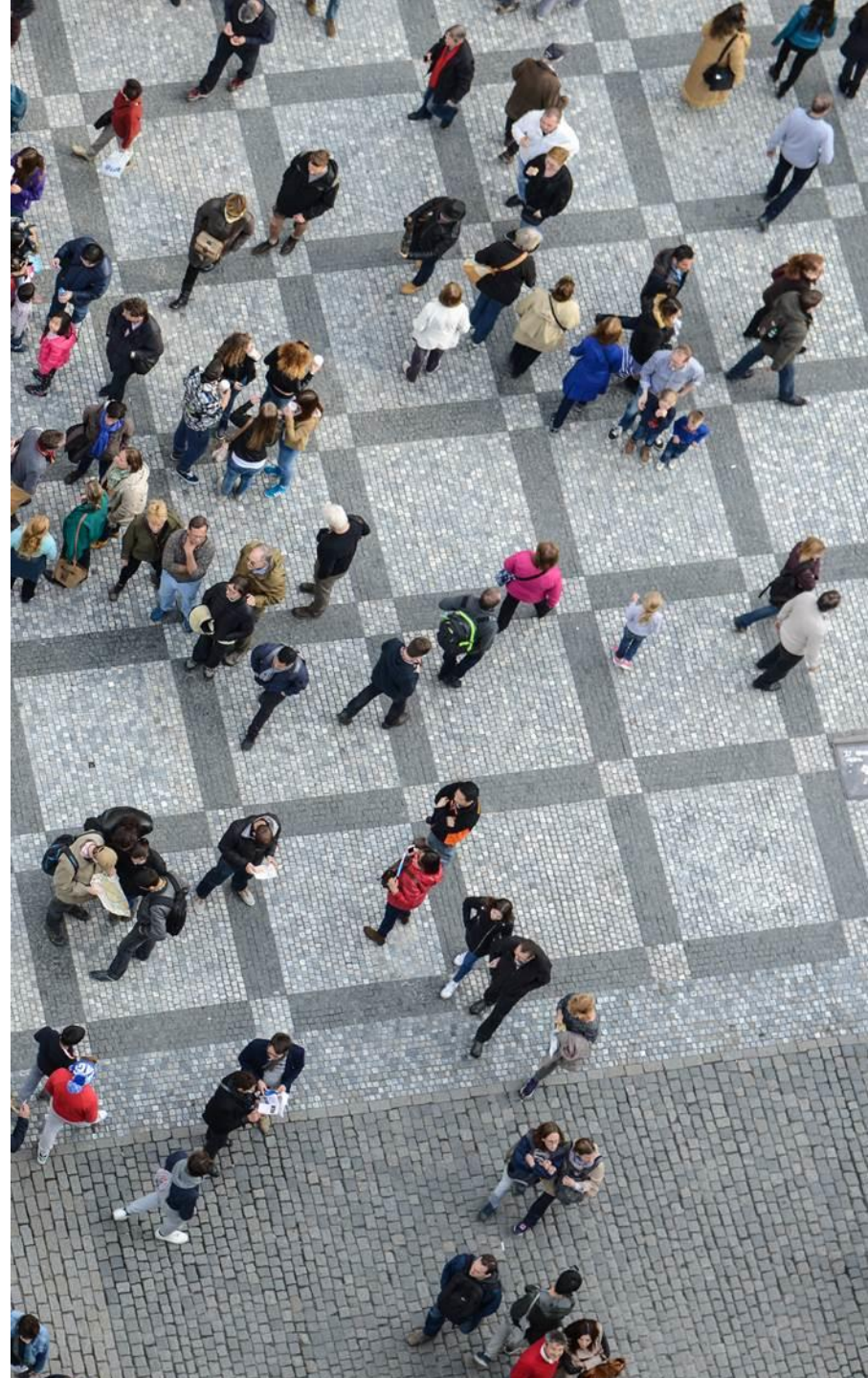
Q6 Pourquoi vous semble-t-il difficile de parler de la ménopause ? C'est un sujet...
(TROIS RÉPONSES POSSIBLES, TOTAL SUPÉRIEUR À 100)

En %



Base : Trouvent difficile de parler de la ménopause (399)

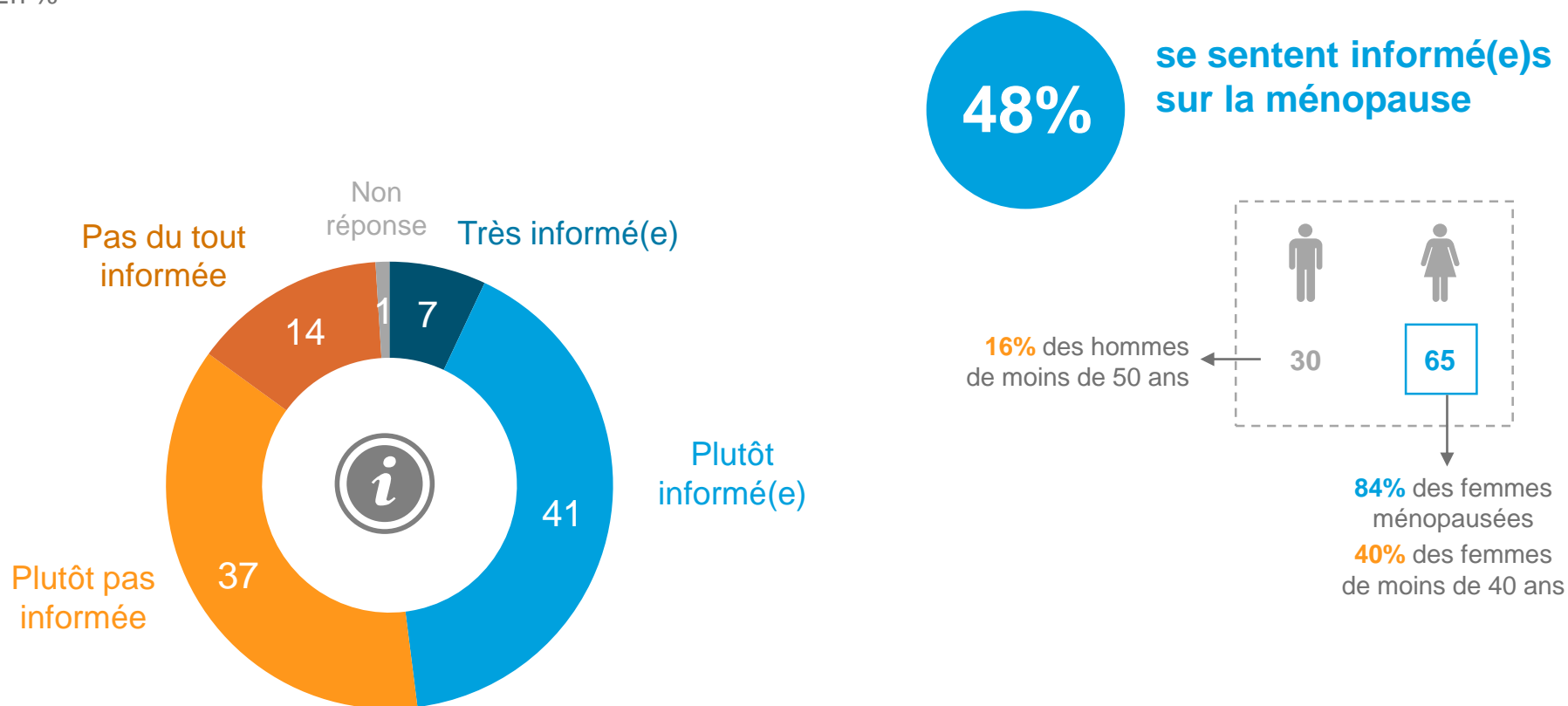
Une faible connaissance
du sujet... limitée aux
symptômes et impacts
de la ménopause (avec
quelques *a priori*)



Environ 1 Français sur 2 se sent informé sur la ménopause, et c'est surtout le cas des femmes ménopausées. Les hommes – en particulier de moins de 50 ans – et les femmes de moins de 40 ans le sont beaucoup moins

Q28 Concernant la ménopause (et la pré-ménopause), diriez-vous que vous vous sentez ... ?

En %

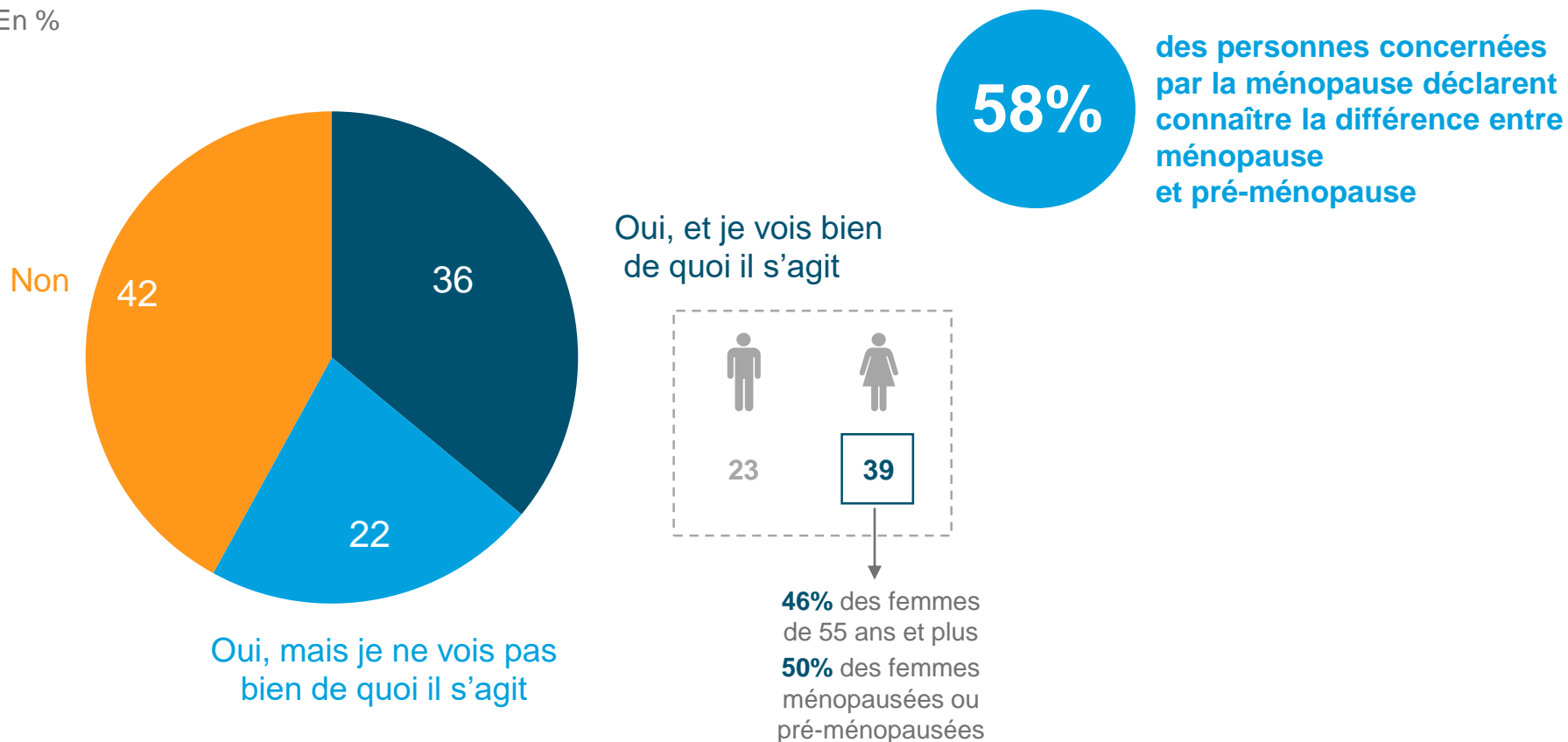


Base : Ensemble

Par ailleurs, un peu plus d'un tiers seulement des personnes concernées de près ou de loin par la ménopause déclare très bien voir la différence entre ménopause et pré-ménopause. Les femmes, en particulier de 55 ans et plus, sont plus nombreuses

Q14 On distingue souvent la ménopause et la pré-ménopause. Avez-vous le sentiment de connaître la différence entre les deux ?

En %

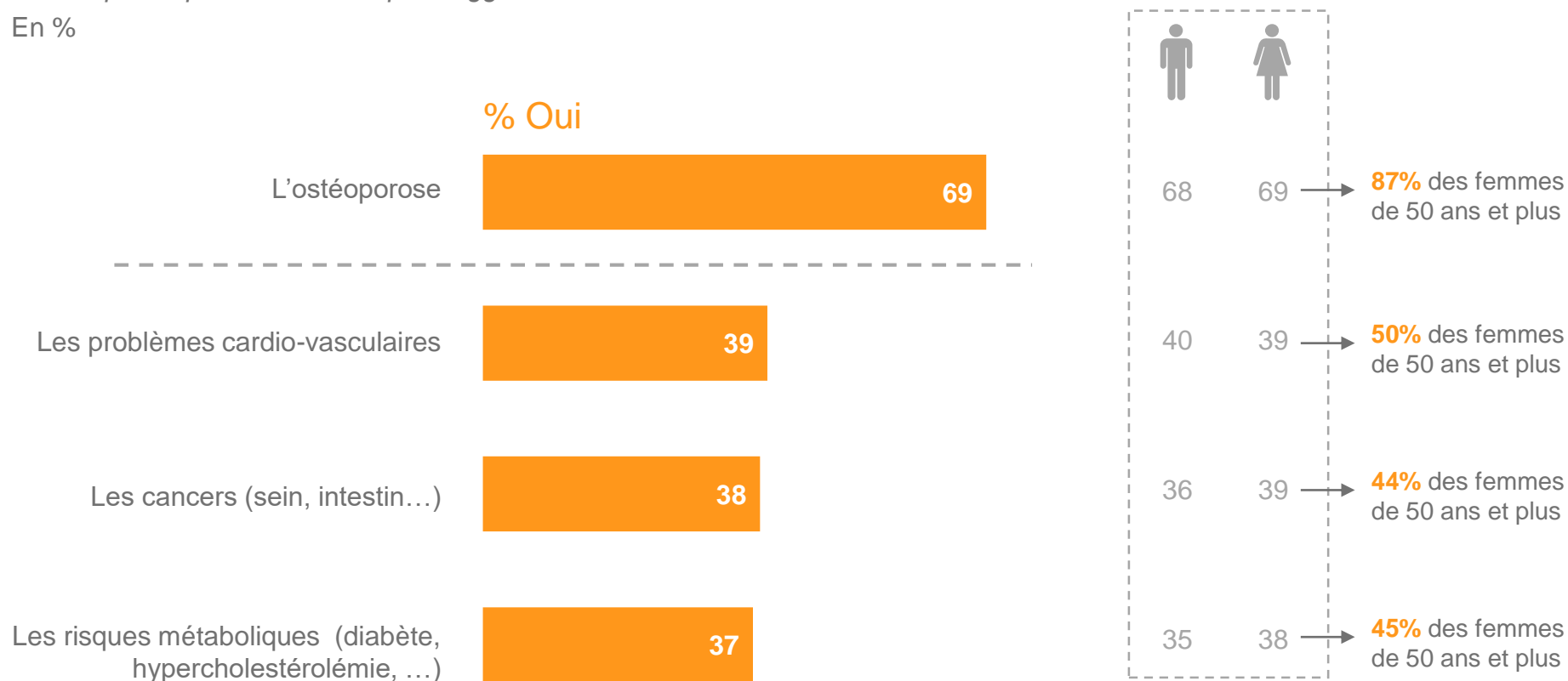


Base : Personnes concernées par la ménopause (1173)

Concernant les risques de santé pouvant être aggravés par la ménopause : les femmes comme les hommes identifient assez bien l'ostéoporose, mais assez peu le reste. Les femmes âgées de 50 ans et plus ont une meilleure connaissance de ces risques : pour autant, seule la moitié ont entendu parler des risques cardio-vasculaires, et moins de la moitié des cancers et risques métaboliques

Q31 Un certain nombre de risques de santé sont aggravés par la ménopause. Pour chacun, aviez-vous entendu dire que la ménopause présentait un risque d'aggravation ?

En %



Base : Personnes concernées par la ménopause (1173)

Spontanément, les Français définissent la ménopause d'abord par ses impacts, comme le fait de ne plus avoir ses règles et ne plus avoir d'enfants, et ses symptômes et désagréments

Q5 Comment définiriez-vous la ménopause ? Selon-vous, la ménopause, c'est ...

(QUESTION OUVERTE – REPONSES SPONTANÉES) – EN %

PARLENT DE L'IMPACT DE LA MÉNOPAUSE

ST Description des impacts "biologiques" de la ménopause

Fin de la période reproductive

Ne plus pouvoir procréer, ne plus pouvoir avoir d'enfant

La fin, l'arrêt des menstruations

La fin, l'arrêt de l'ovulation

Un changement hormonal : *baisse, disparition de la production d'hormones*

ST Description des symptômes et inconvénients de la ménopause

Un impact sur l'apparence physique : *changement morphologique, prise de poids, vieillissement (corps et peau)*

Des symptômes désagréables, des impacts sur la santé

Les bouffées de chaleur

Des problèmes possibles de santé (ostéoporose, douleurs, hausse de tension, nausées, arthrose, cystites, rétention d'eau,...)

La fatigue

Les problèmes de sommeil / les insomnies

Quelque chose de négatif, des moments difficiles, une période pas agréable

Un changement qui a un impact émotionnel, psychique : *changement d'humeur, dépression, émotivité*

Les désagréments associés

Impact négatif sur la sexualité (baisse de la libido, fin de la sexualité)

Base : Ensemble

65

53

46

26

26

3

10

23

10

9

7

1

1

1

5

5

2

2

QUESTION OUVERTE –
RÉPONSES SPONTANÉES

Ensuite, les Français évoquent la ménopause comme une étape, une période de la vie, pouvant être neutre, positive ou négative

Q5 Comment définiriez-vous la ménopause ? Selon-vous, la ménopause, c'est ...

(QUESTION OUVERTE – REPONSES SPONTANÉES) – EN %



QUESTION OUVERTE –
RÉPONSES SPONTANÉES

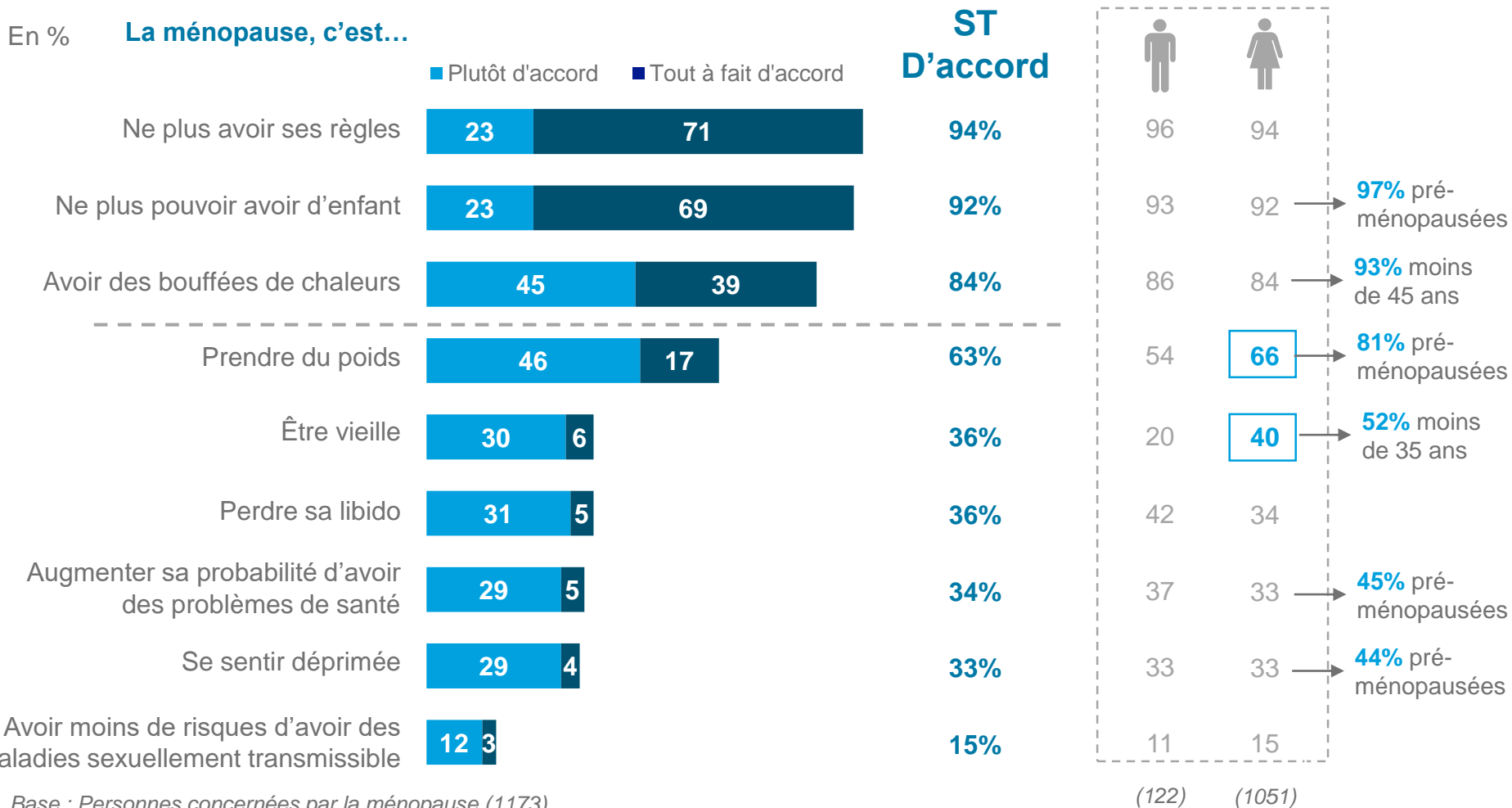


7% ne se prononcent pas

Base : Ensemble

Ainsi, la quasi totalité des personnes interrogées considère que la ménopause c'est de ne plus avoir ses règles et ne plus avoir d'enfants, puis avoir des bouffées de chaleurs. Pour les femmes plus que pour les hommes, c'est également prendre du poids et être vieille

Q13 Diriez-vous que vous êtes tout à fait, plutôt, plutôt pas ou pas du tout d'accord avec les affirmations suivantes concernant la ménopause ?

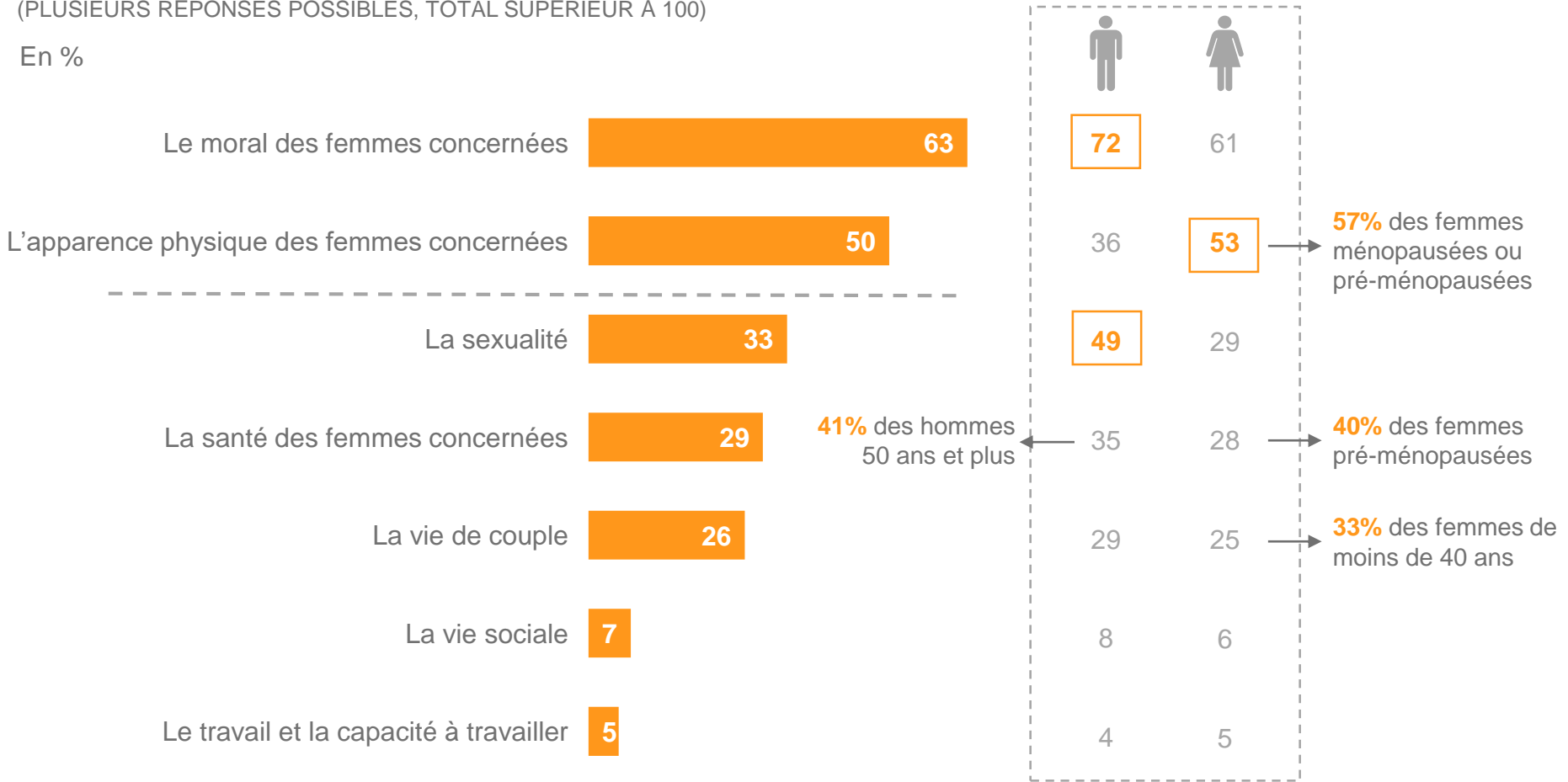


Base : Personnes concernées par la ménopause (1173)

Concernant les impacts de la ménopause, les personnes interrogées citent en premier le moral des femmes concernées – surtout les hommes, puis leur apparence physique – surtout les femmes. Les hommes sont également plus nombreux à citer l’impact sur la sexualité

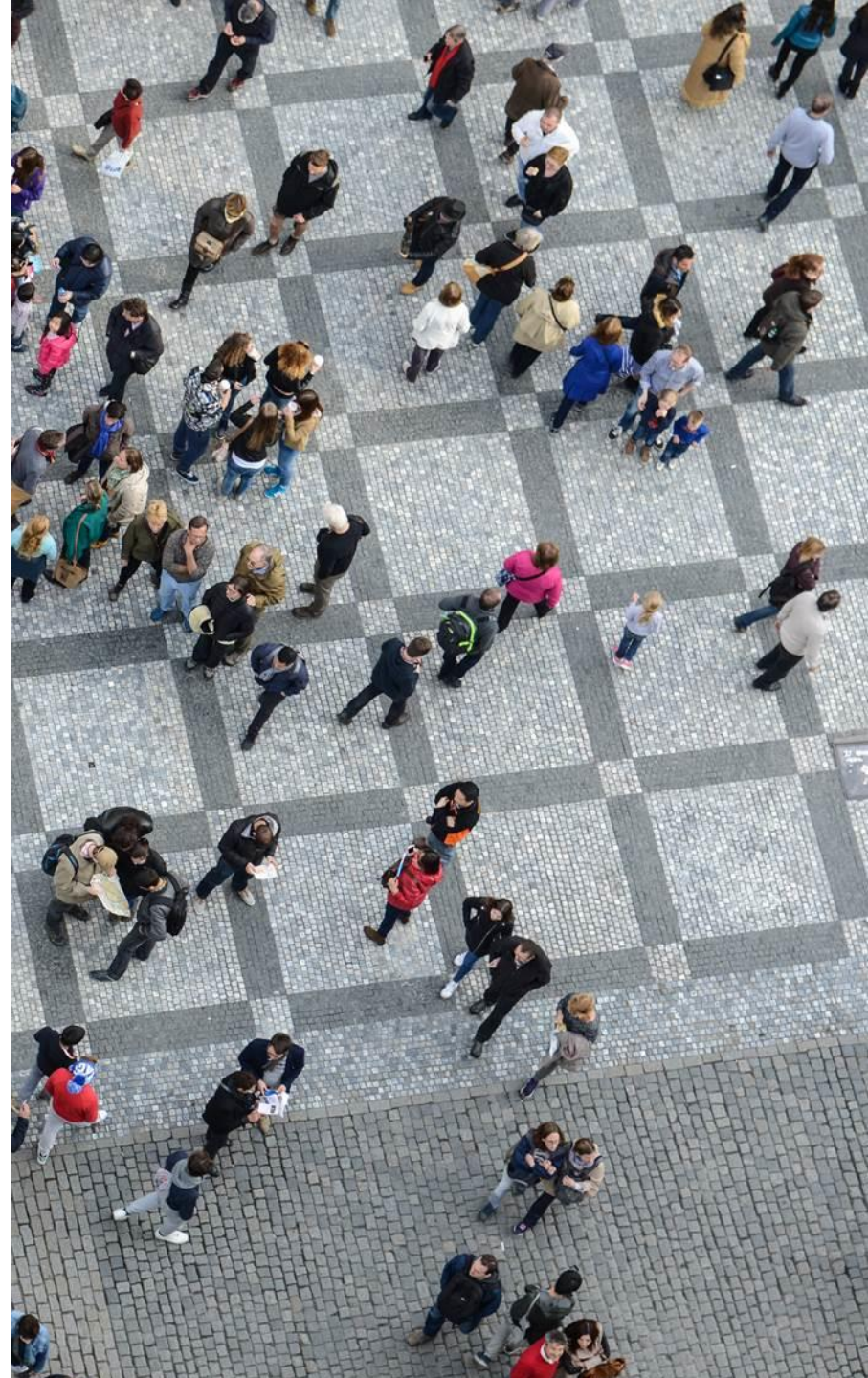
Q15 Selon-vous, sur lesquels des aspects suivants la ménopause a-t-elle le plus d’impacts ?
(PLUSIEURS RÉPONSES POSSIBLES, TOTAL SUPÉRIEUR À 100)

En %



Base : Personnes concernées par la ménopause (1173)

**Une communication
attendue sur le sujet**



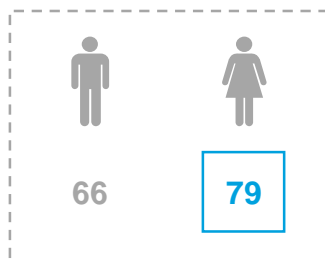
Les Français sont très largement en faveur d'une plus grande communication sur le sujet, en particulier les femmes. Les professionnels de santé sont les acteurs les plus attendus

Q29 Selon-vous, la ménopause est-il un sujet dont il faudrait parler plus ?

En %

Un sujet dont il faudrait parler plus - **Oui**

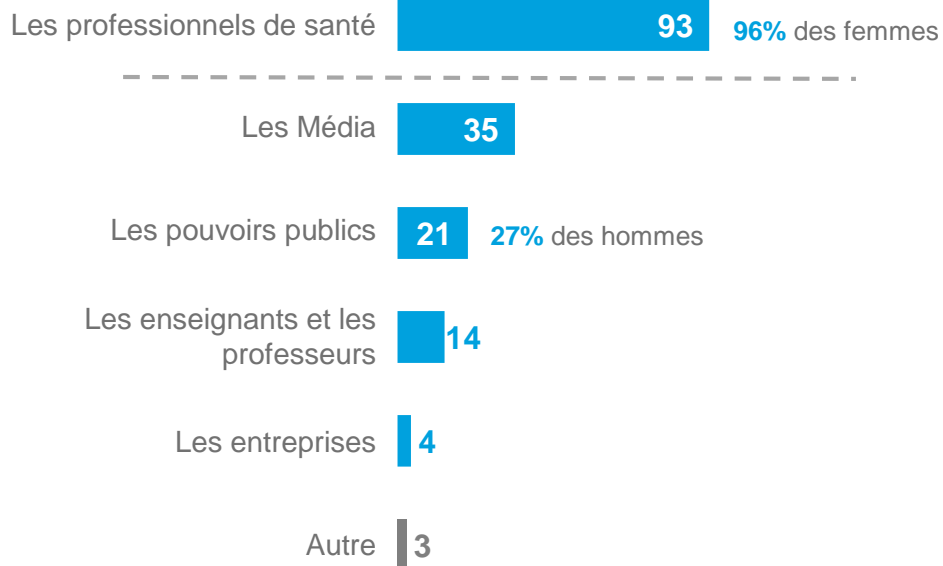
72%



Base : Ensemble

Q29bis Qui devrait s'exprimer et informer sur le sujet ?
(PLUSIEURS RÉPONSES POSSIBLES, TOTAL SUPÉRIEUR À 100)

En %

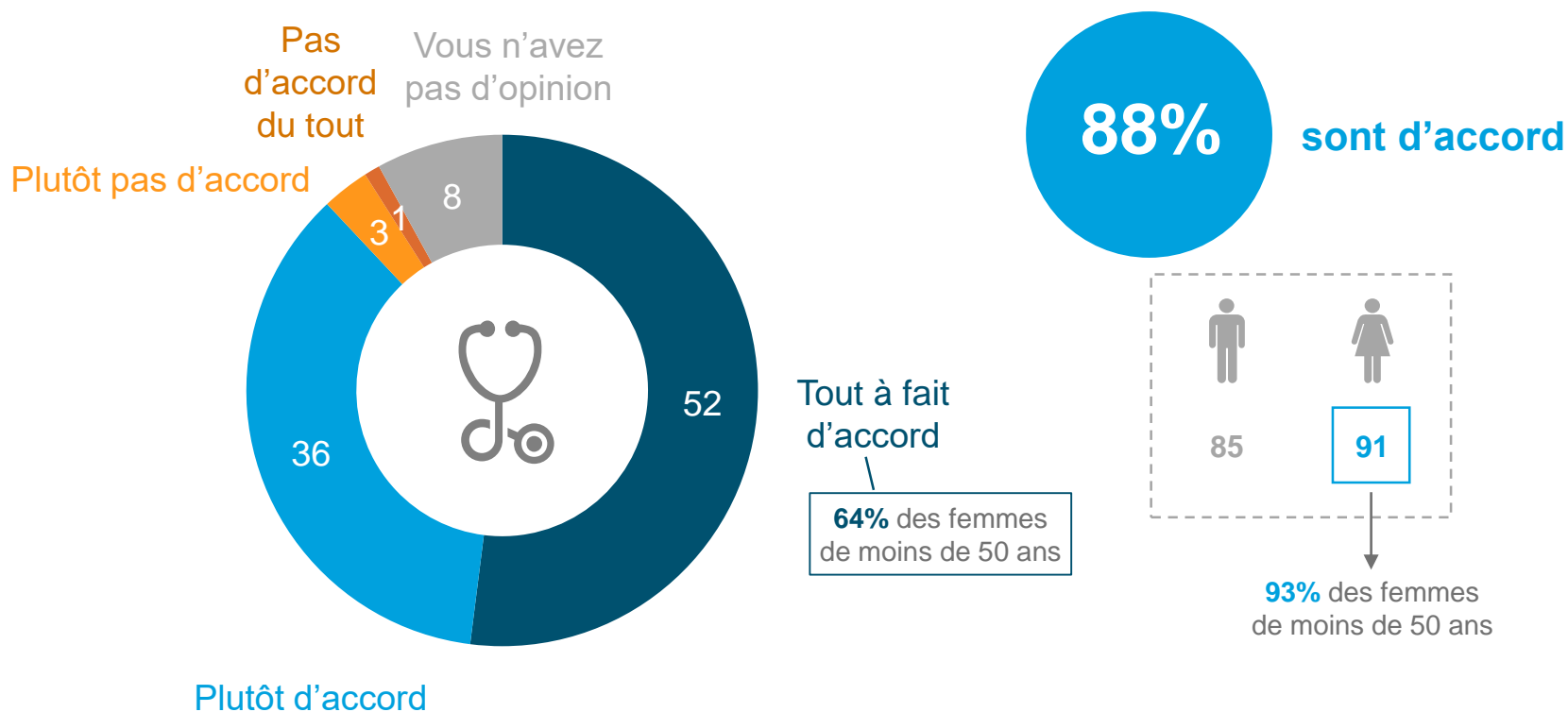


Base : Pensent qu'il faudrait parler plus de la ménopause (1141)

Ils sont également très favorables à la mise en place d'une consultation gratuite avec le gynécologue pour informer sur la ménopause. Les femmes, et en particulier celles âgées de 50 ans et moins, sont quasiment unanimes

Q32 Au final, pour informer sur la ménopause, que pensez-vous de la mise en place d'une consultation gratuite avec le gynécologue pour les femmes âgées de 45 ans ? Vous êtes ...

En %



Base : Ensemble