

A l'occasion de la journée mondiale consacrée à l'hygiène menstruelle

ENQUÊTE AUPRÈS DES FEMMES SUR L'IMPACT DES RÈGLES DANS LEUR VIE

Enquête réalisée pour
Intimina

12 mai 2021

Contacts ifop :

Pôle « Genre, sexualités et santé sexuelle »

François KRAUS / Louise JUSSIAN

TEL : 01 72 34 94 64 / 06 61 00 37 76

francois.kraus@ifop.com / louise.jussian@ifop.com



Etude réalisée par l'Ifop pour **INTIMINA™**

Echantillon



L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de **1 010** femmes, représentatif de la population féminine française âgée de 15 à 49 ans.

Méthodologie



La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas au regard :

- De **critères sociodémographiques** : âge de l'individu ;
- De **critères socioprofessionnels** : profession de l'individu
- De **critères géographiques** : région et taille de l'unité urbaine de la commune résidence

*Ces quotas ont été définis à partir des **données de l'INSEE** pour la population âgée de 18 ans et plus résidant en métropole (**Enquête Emploi 2014**).*

Mode de recueil



Les interviews ont été réalisées par questionnaire auto-administré en ligne du **17 au 18 avril 2021**.



IMPORTANT : Si vous citez cette étude, merci de vous conformer à la [loi du 25 avril 2016](#) qui impose de citer le nom de l'institut de sondage, le nom et la qualité du commanditaire, le nombre des personnes interrogées ainsi que les dates auxquelles il a été procédé aux interrogations. L'Ifop rappelle que « le fait de publier ou laisser publier, diffuser ou laisser diffuser un sondage en violation de la présente loi et des textes réglementaires applicables » est désormais puni d'une **amende de 75 000 €**.

POUR CITER CETTE ETUDE, IL FAUT UTILISER A MINIMA LA FORMULATION SUIVANTE :

« Étude Ifop pour Intima réalisée par questionnaire auto-administré en ligne du 17 au 18 avril 2021 auprès d'un échantillon de 1010 femmes, représentatif de la population féminine française âgée de 15 à 49 ans résidant en France métropolitaine. »

A | L'IMPACT DES RÈGLES SUR LA VIE DES FEMMES



Question : De manière générale, diriez-vous que vos règles sont... ?

Base : femmes ayant leurs règles

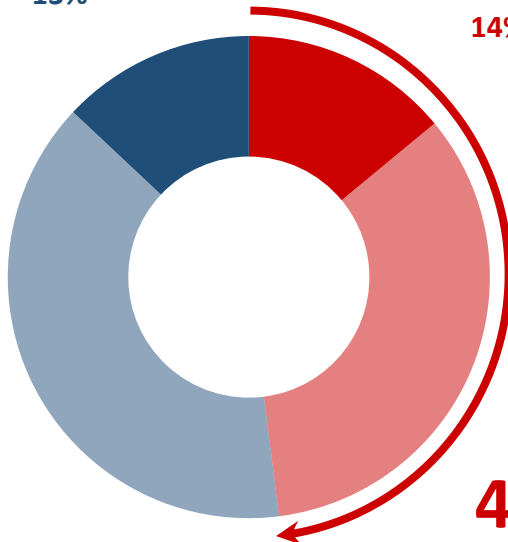


Pas du tout
douloureuses
13%

Très douloureuses
14%

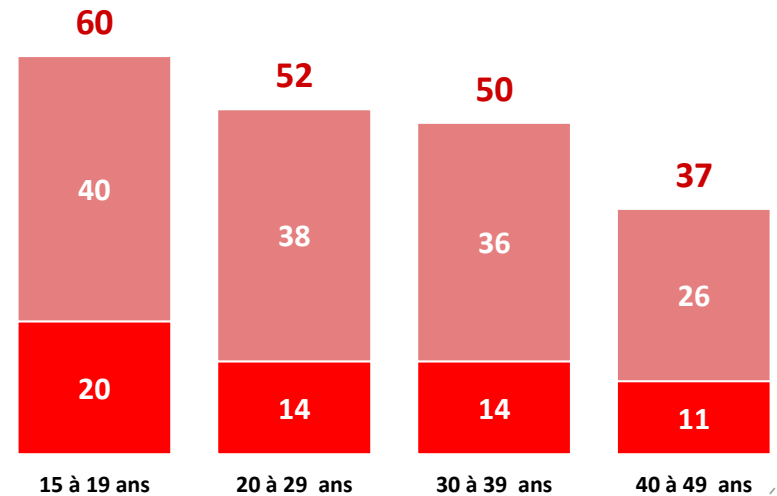
Pas vraiment
douloureuses
39%

Assez
douloureuses
34%



48%
des femmes ont des règles douloureuses

Réponses selon l'âge de l'interviewée





Zoom sur le profil des Françaises ayant des règles « douloureuses »



Note de lecture : 60% des femmes âgées de moins de 20 ans sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **48%**

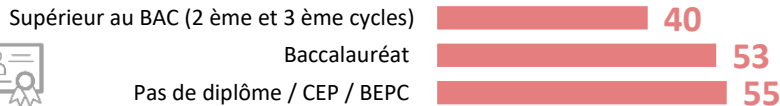
Age



Catégorie socioprofessionnelle



Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



Catégorie d'agglomération



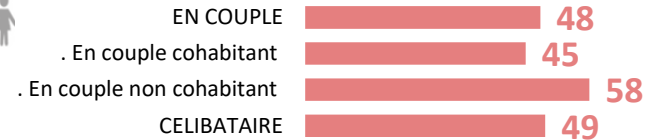
Région



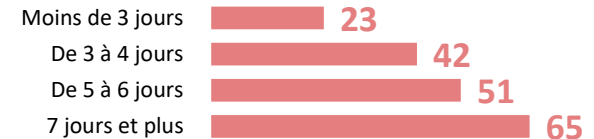
Croyance



Statut marital



Durée moyenne des règles

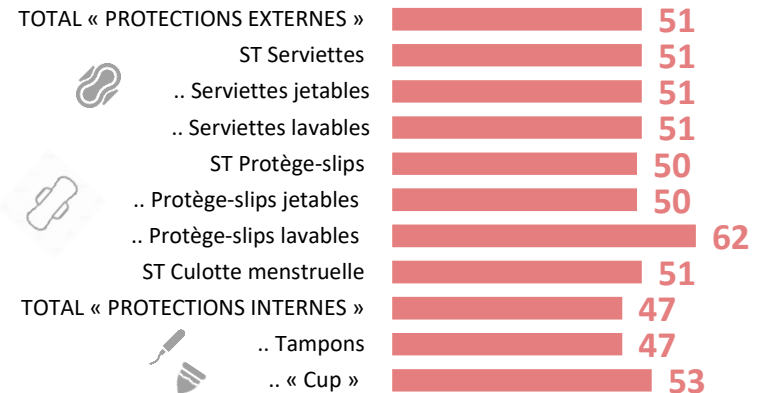


A des règles...



Très douloureuses
Assez douloureuses
Non douloureuses

Mode de protection hygiénique utilisée



Ressent pendant son cycle...



Question : Dans votre vie, avoir vos règles vous a-t-il déjà... ?

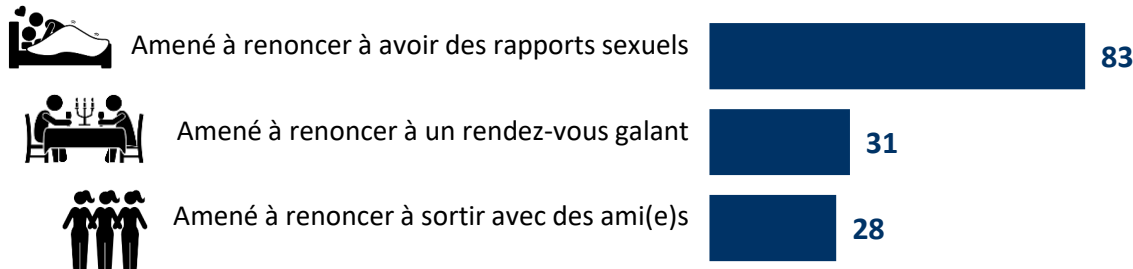
Base : femmes ayant déjà eu leurs règles



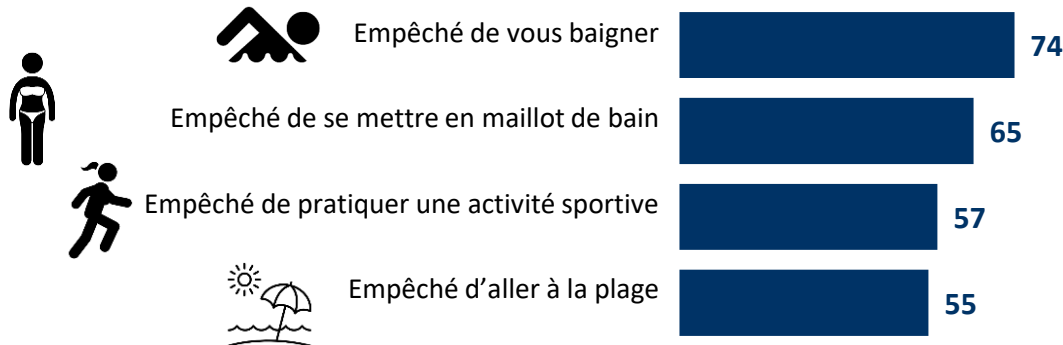
Proportion de femmes ayant vécu ces situations

(en %)

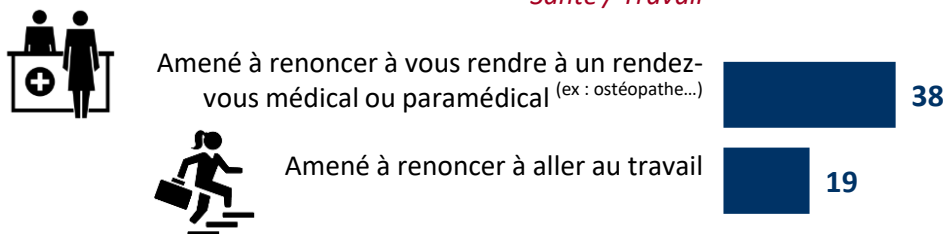
Vie sentimentale / Vie sociale



Loisirs / Activités sportives



Santé / Travail



Réponses selon l'âge de l'interviewée

	15 à 19 ans	20 à 29 ans	30 à 39 ans	40 à 49 ans
Amené à renoncer à avoir des rapports sexuels	54	85	89	88
Amené à renoncer à un rendez-vous galant	27	32	29	35
Amené à renoncer à sortir avec des ami(e)s	39	28	27	22
Empêché de vous baigner	83	74	73	69
Empêché de se mettre en maillot de bain	74	64	65	62
Empêché de pratiquer une activité sportive	76	60	53	51
Empêché d'aller à la plage	64	54	54	54
Amené à renoncer à vous rendre à un rendez-vous médical ou paramédical (ex : ostéopathe...)	25	40	41	40
Amené à renoncer à aller au travail	43	25	17	12



Zoom sur le profil des Françaises ayant renoncé à avoir des rapports sexuels à cause de leurs règles



Note de lecture : 87% des femmes en couple sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **83%**

Age



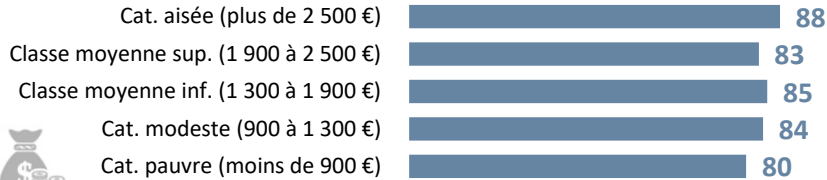
Catégorie socioprofessionnelle



Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



Catégorie d'agglomération



Région



Croyance



Statut marital



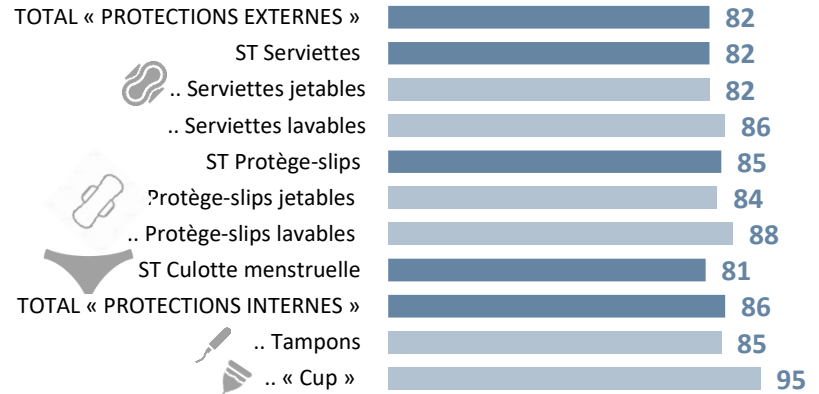
Durée moyenne des règles



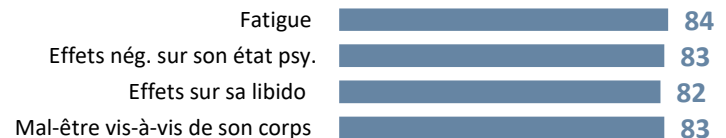
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...





Zoom sur le profil des Françaises ayant renoncé à se baigner à cause de leurs règles



Note de lecture : 83% des femmes âgées de moins de 20 ans sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **74%**

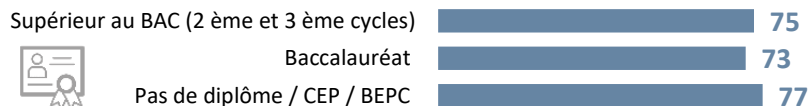
Age



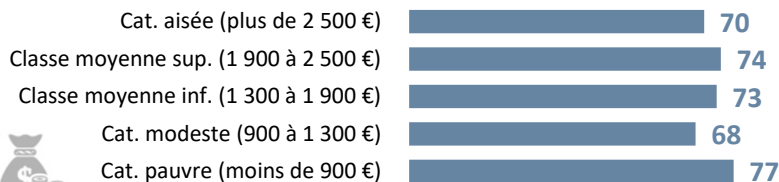
Catégorie socioprofessionnelle



Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



Catégorie d'agglomération



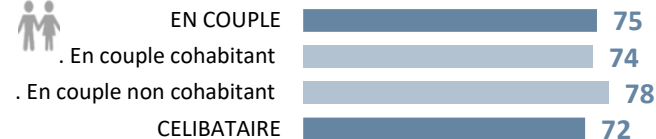
Région



Croyance



Statut marital



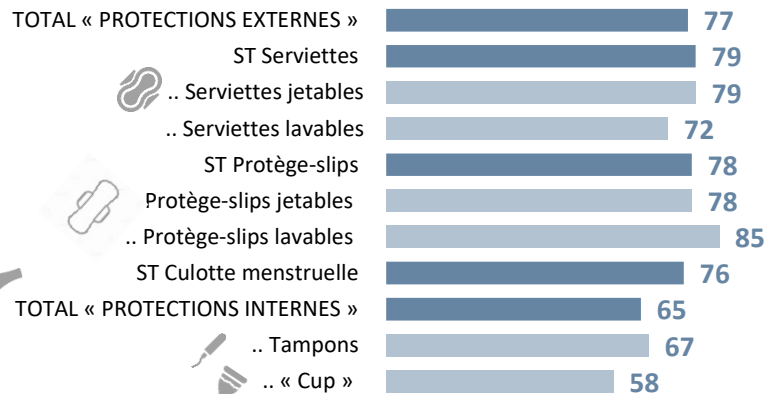
Durée moyenne des règles



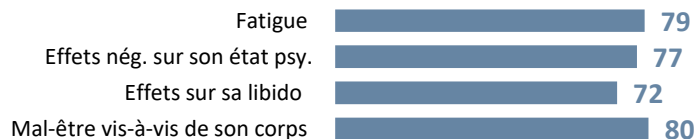
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...





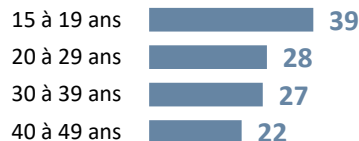
Zoom sur le profil des Françaises ayant renoncé à sortir avec des ami(e)s à cause de leurs règles



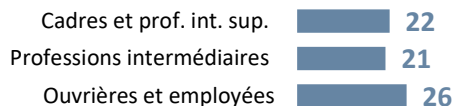
Note de lecture : 40% des femmes habitant l'agglomération parisienne sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **28%**

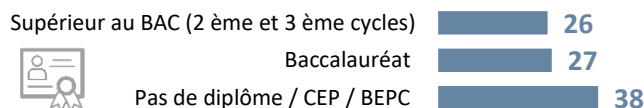
Age



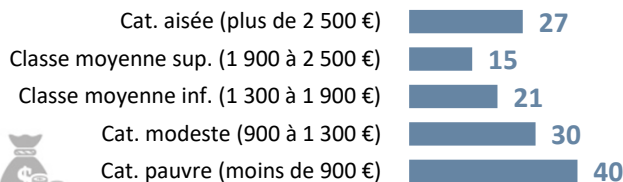
Catégorie socioprofessionnelle



Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



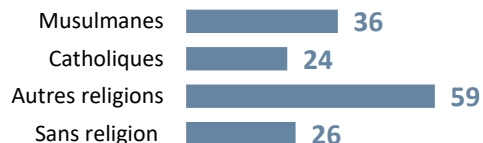
Catégorie d'agglomération



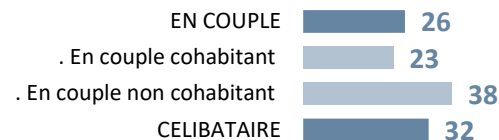
Région



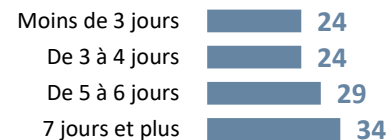
Croyance



Statut marital



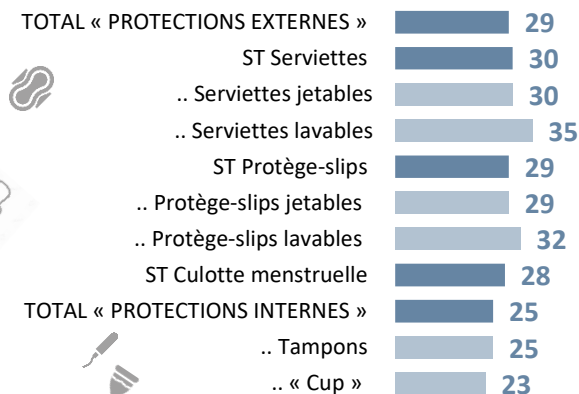
Durée moyenne des règles



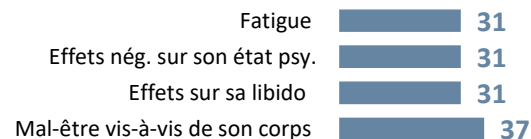
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



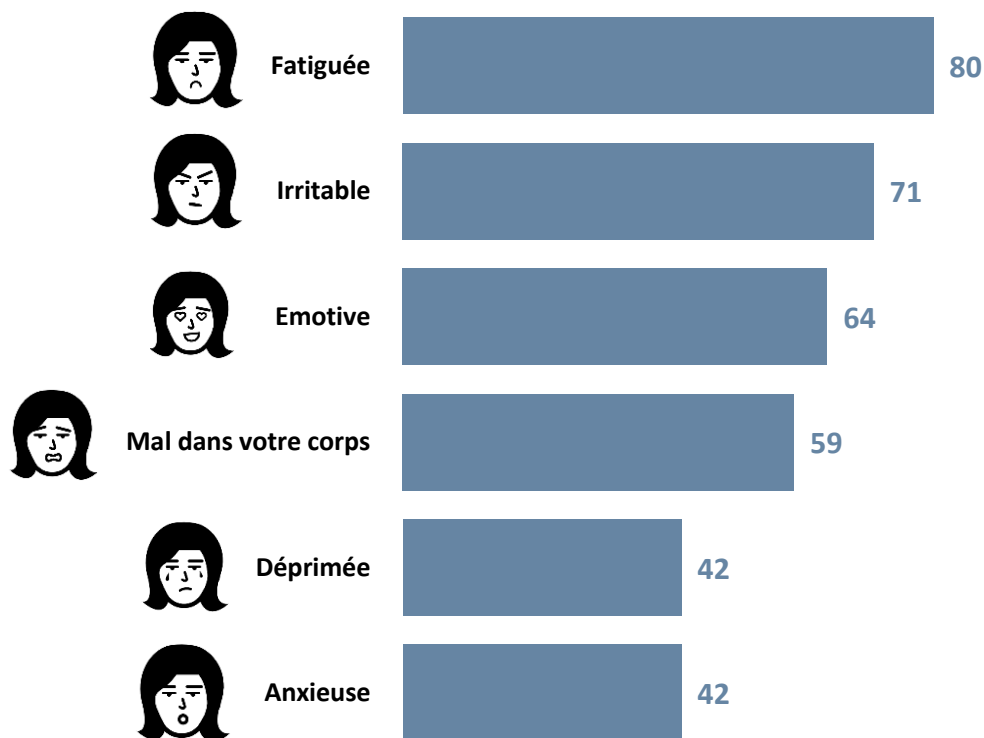
Ressent pendant son cycle...



Question : Généralement, au moment de vos règles – que ce soit juste avant, pendant ou juste après vos règles –, vous sentez-vous... ?

Base : femmes ayant leurs règles

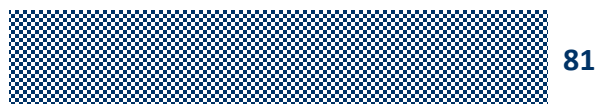
PROPORTION DE FRANÇAISES QUI SE SENTENT À CAUSE DE LEURS RÈGLES...



Réponses selon la douleur ressentie pendant les règles

	Très douloureuses	Assez douloureuses	Non douloureuses
Fatiguée	<u>98</u>	88	70
Irritable	<u>91</u>	78	61
Emotive	<u>92</u>	69	53
Mal dans votre corps	<u>86</u>	69	45
Déprimée	<u>70</u>	48	31
Anxieuse	<u>68</u>	53	28

PROPORTION TOTALE DE FEMMES QUI RESSENTENT DES EFFETS NEGATIFS DES REGLES SUR LEUR ETAT PSYCHOLOGIQUE





Zoom sur le profil des Françaises qui se sentent « déprimées » à cause de leurs règles



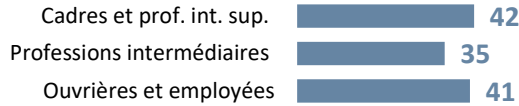
Note de lecture : 55% des femmes de moins de 15 à 19 ans sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **42%**

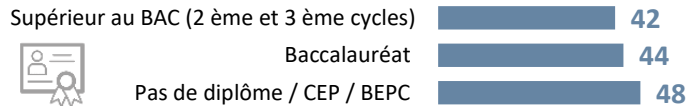
Age



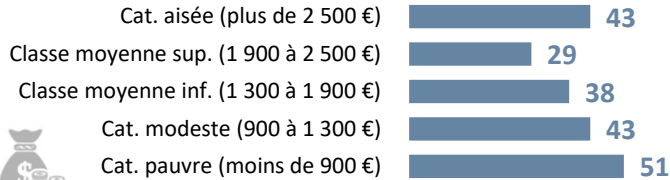
Catégorie socioprofessionnelle



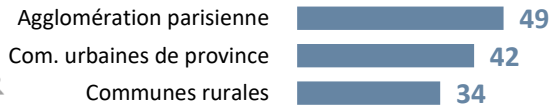
Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



Catégorie d'agglomération



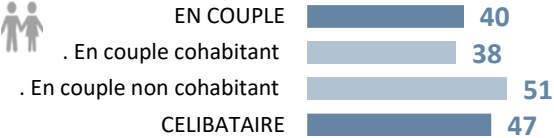
Région



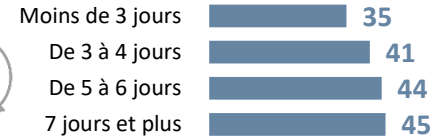
Croyance



Statut marital



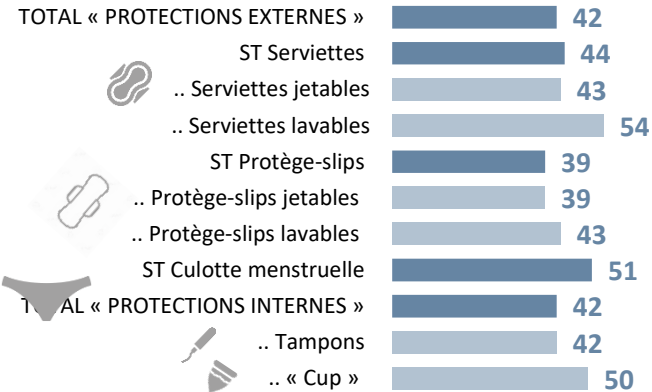
Durée moyenne des règles



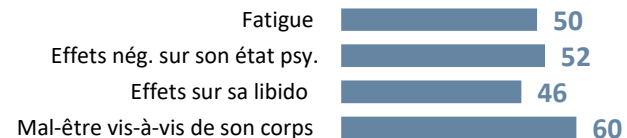
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé

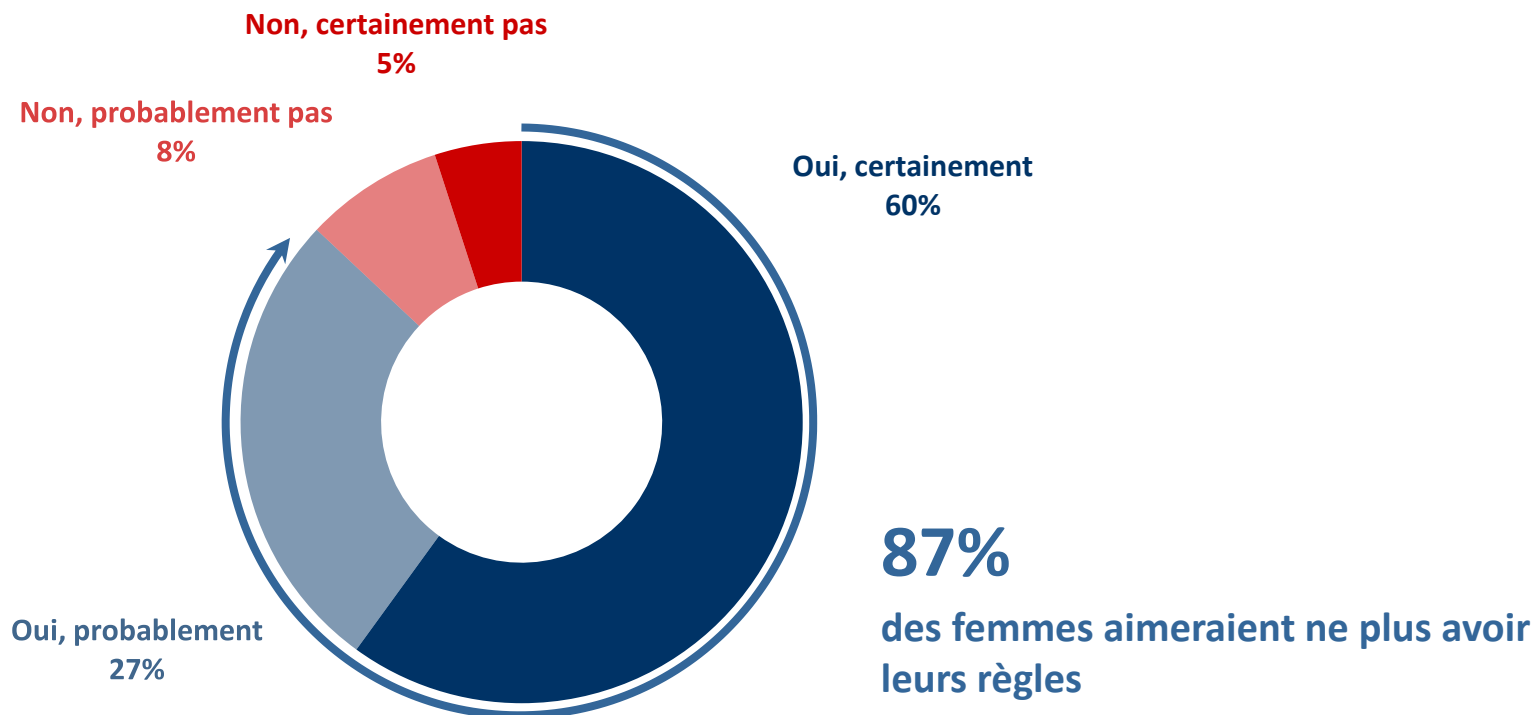


Ressent pendant son cycle...



Question : Si vous le pouviez et sans que cela n'ait d'impact sur votre santé ou votre fertilité, aimeriez-vous pouvoir ne plus avoir vos règles ?

Base : femmes ayant leurs règles





Zoom sur le profil des Françaises souhaitant ne plus avoir leurs règles



Note de lecture : 93% des femmes athées sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **87%**

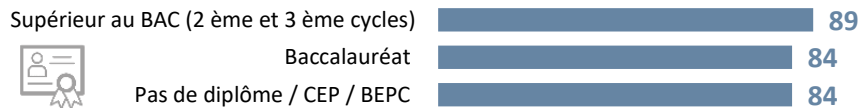
Age



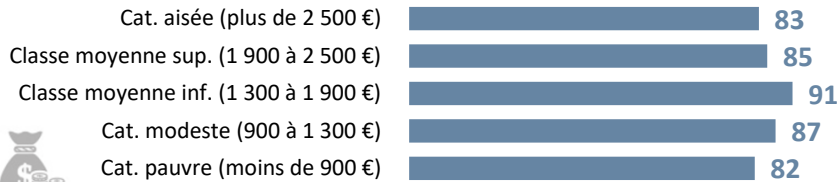
Catégorie socioprofessionnelle



Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



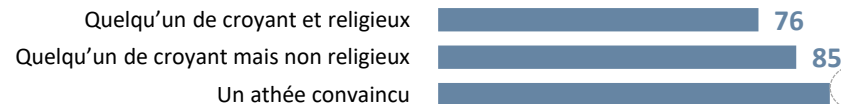
Catégorie d'agglomération



Région



Croyance



Statut marital



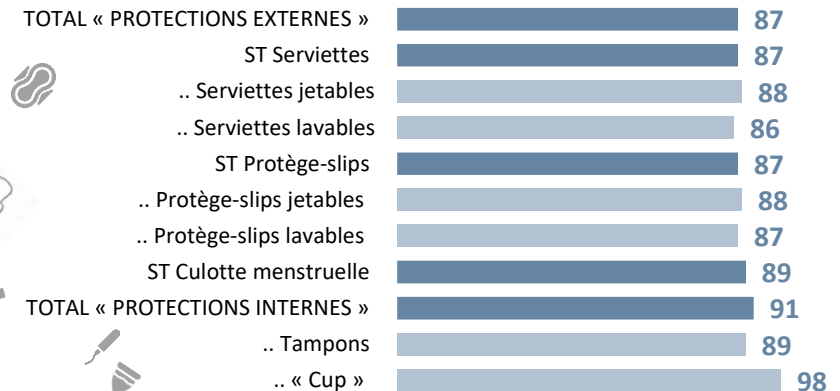
Durée moyenne des règles



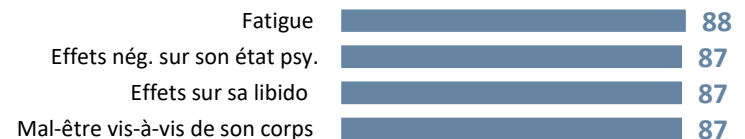
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...

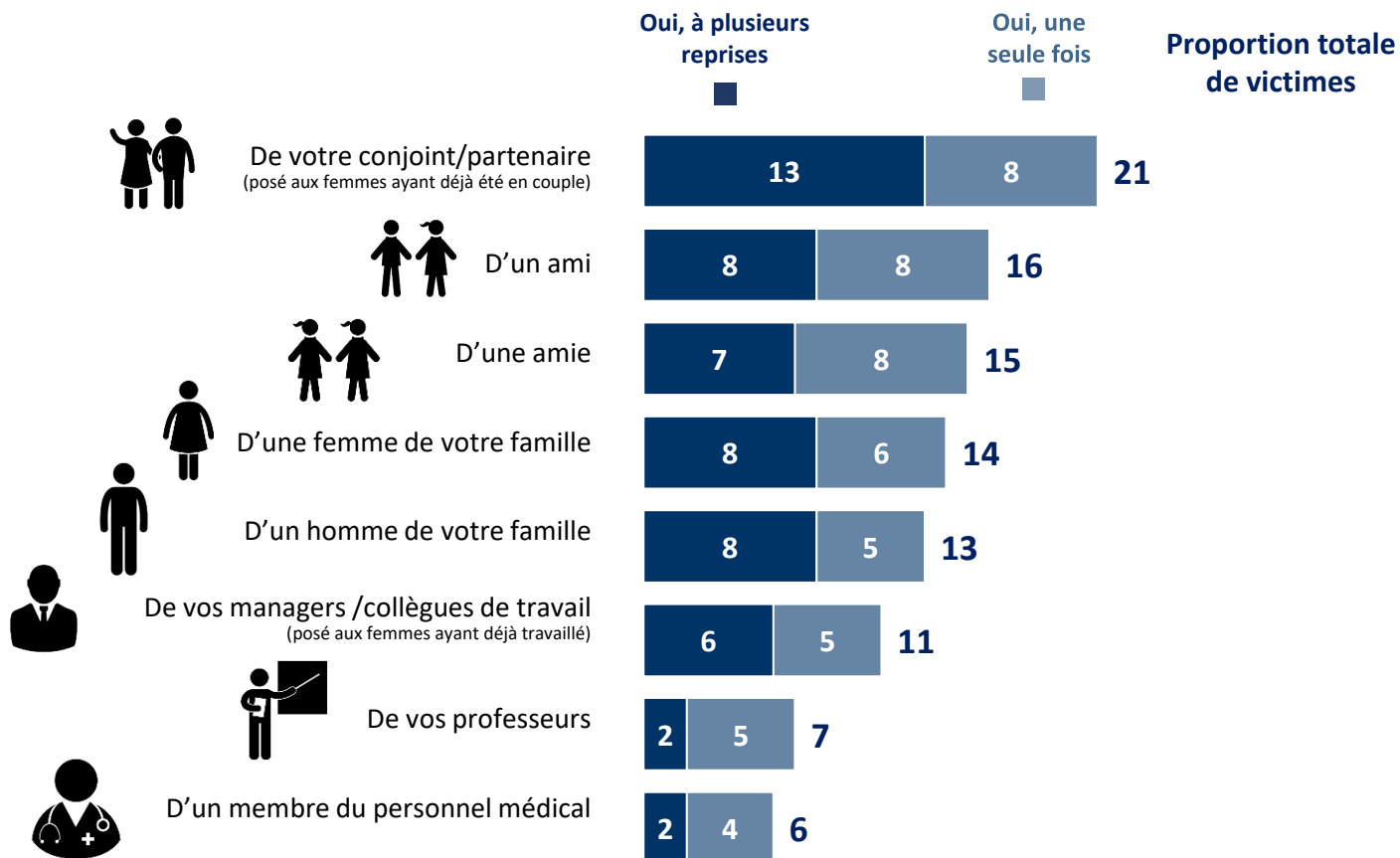


B | LES RÈGLES, UNE SOURCE DE GÊNE SOUS-ESTIMÉE PAR LES HOMMES



Question : Au cours de votre vie, avez-vous déjà fait l'objet de moqueries ou remarques désobligeantes à cause de vos règles (ex : humeur, taches, fatigue...) de la part... ?

Base : femmes ayant déjà eu leurs règles



PROPORTION TOTALE DE FEMMES AYANT DÉJÀ SUBI DES MOQUERIES OU REMARQUES DÉSOBLIGEANTES DE LA PART DE CES PERSONNES





Zoom sur le profil des Françaises ayant déjà subi des moqueries ou remarques désobligeantes à cause de leurs règles

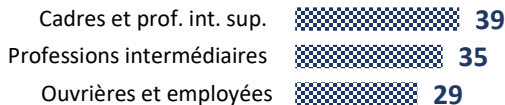
Note de lecture : 42% des femmes issues des catégories aisées sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **33%**

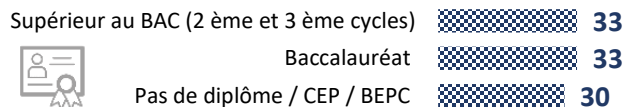
Age



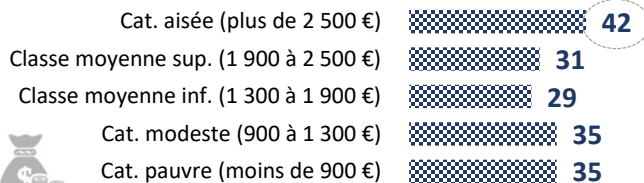
Catégorie socioprofessionnelle



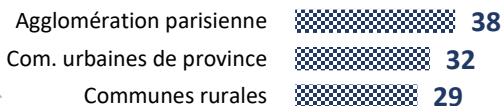
Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



Catégorie d'agglomération



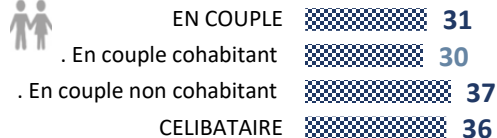
Région



Croyance



Statut marital



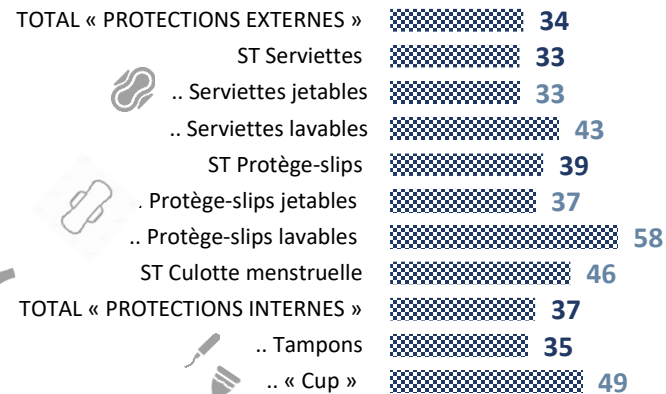
Durée moyenne des règles



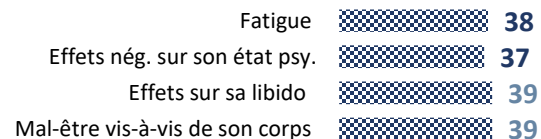
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...



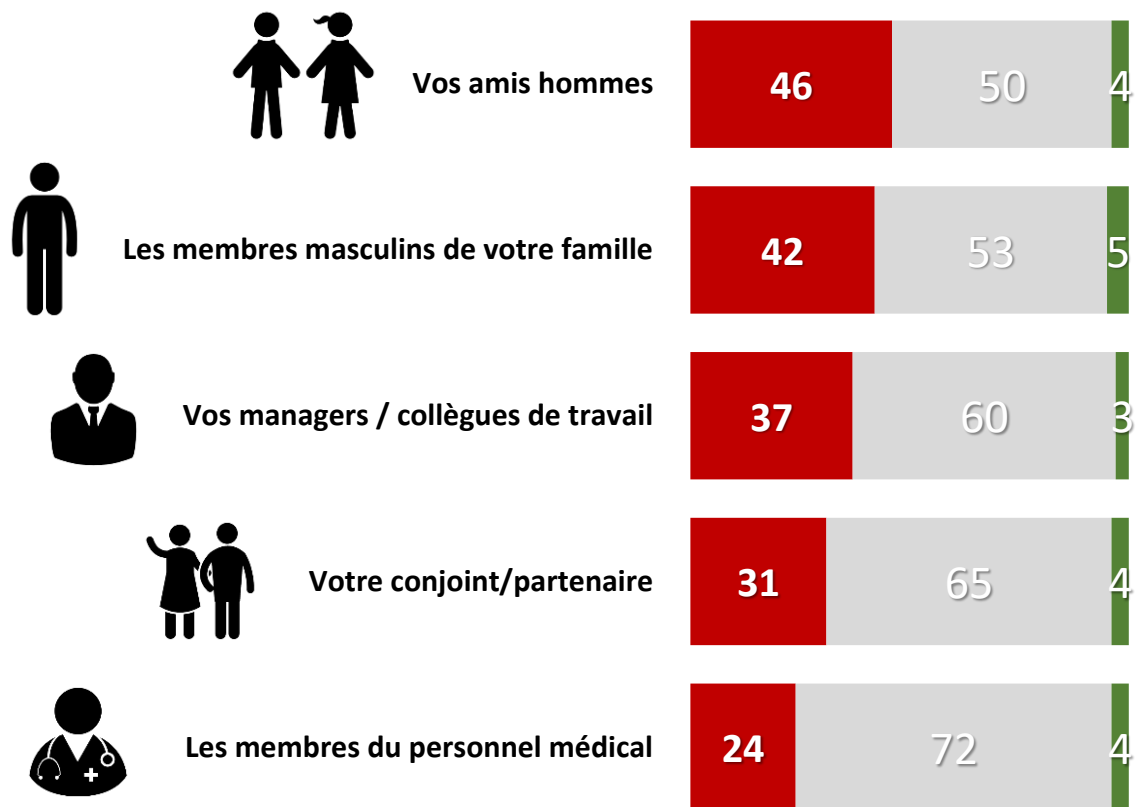
Question : De manière générale, la gêne et / ou la douleur de vos règles vous paraît-elle sous-estimée, estimée à sa juste mesure ou surestimée par... ?

Base : femmes ayant déjà eu leurs règles

**PROPORTION DE FEMMES DONT LA GÊNE LIÉE AUX
RÈGLES A DÉJÀ ÉTÉ SOUS-ESTIMÉE PAR...**

(en %)

■ Sous-estimée ■ Estimée à sa juste mesure ■ Surestimée





Zoom sur le profil des Françaises ayant l'impression que leurs amis hommes sous-estiment la gêne et/ou la douleur de leurs règles



Note de lecture : 59% des femmes issues des catégories aisées sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **46%**

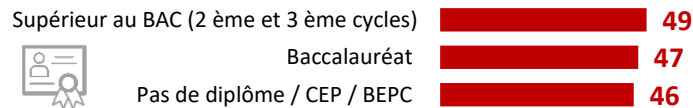
Age



Catégorie socioprofessionnelle



Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



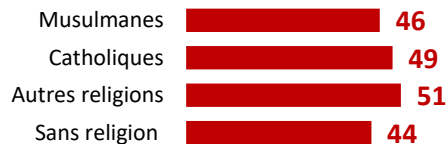
Catégorie d'agglomération



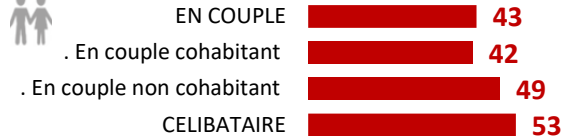
Région



Croyance



Statut marital



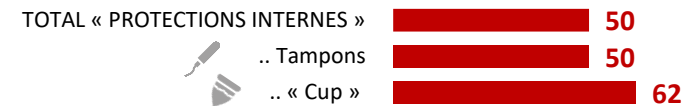
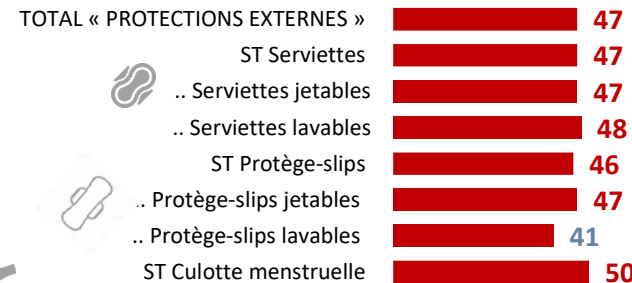
Durée moyenne des règles



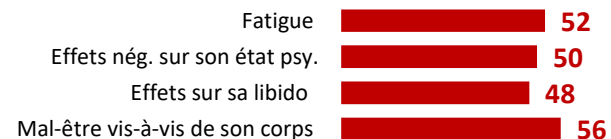
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...





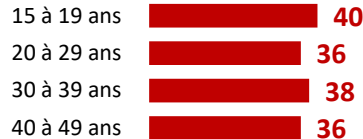
Zoom sur le profil des Françaises ayant l'impression que leurs managers/collègues de travail sous-estiment la gêne et/ou la douleur de leurs règles



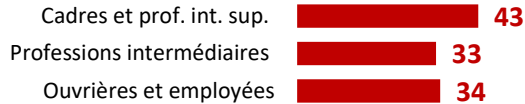
Note de lecture : 51% des femmes musulmanes sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **37%**

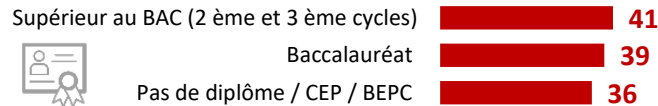
Age



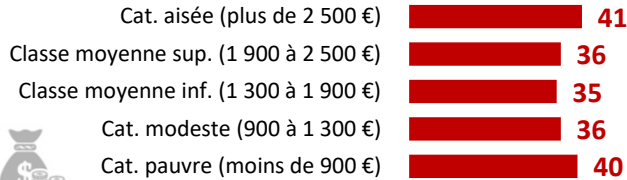
Catégorie socioprofessionnelle



Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



Catégorie d'agglomération



Région



Croyance



Statut marital



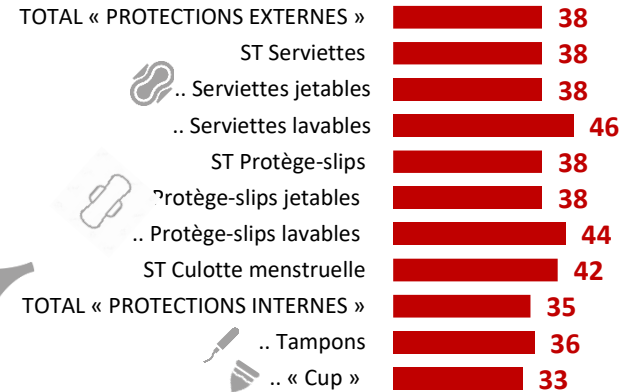
Durée moyenne des règles



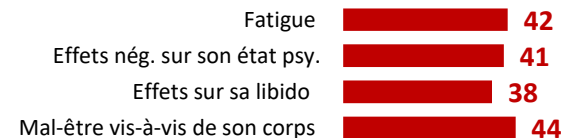
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé

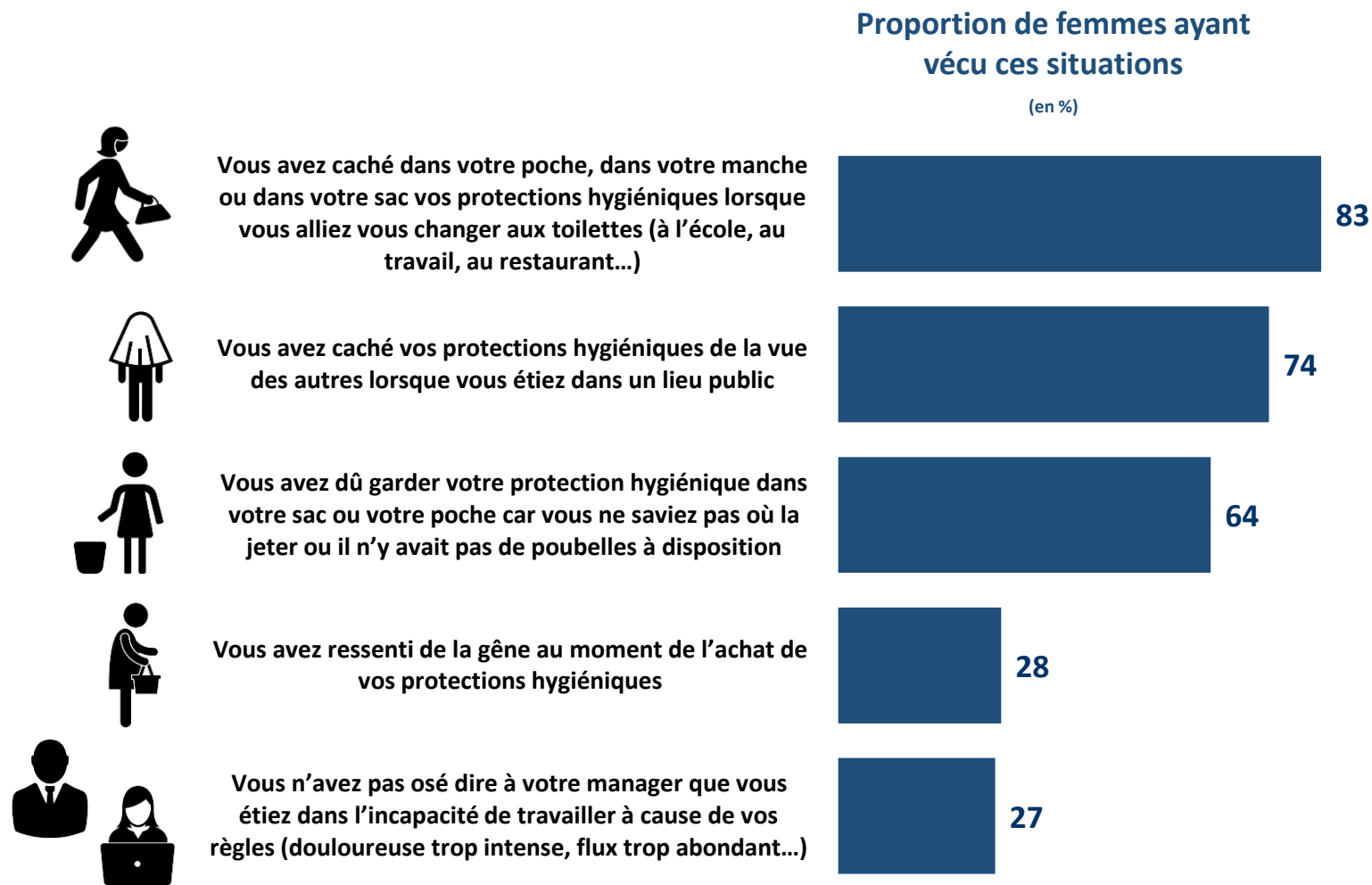


Ressent pendant son cycle...



Question : Au cours de votre vie, avez-vous déjà été dans les situations suivantes ?

Base : femmes ayant déjà eu leurs règles





Zoom sur le profil des Françaises ayant déjà caché dans leur poche, manche ou dans leur sac leurs protections hygiéniques lorsqu'elles vont se changer aux toilettes



Note de lecture : 94% des femmes issues des catégories aisées sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **83%**

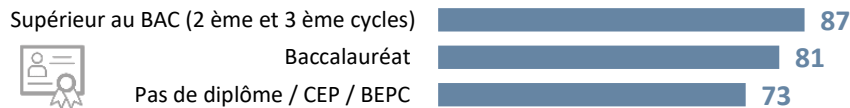
Age



Catégorie socioprofessionnelle



Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



Catégorie d'agglomération



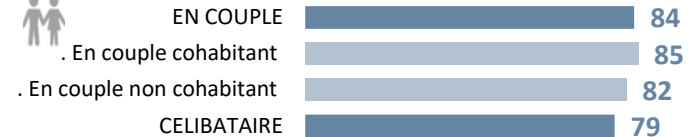
Région



Croyance



Statut marital



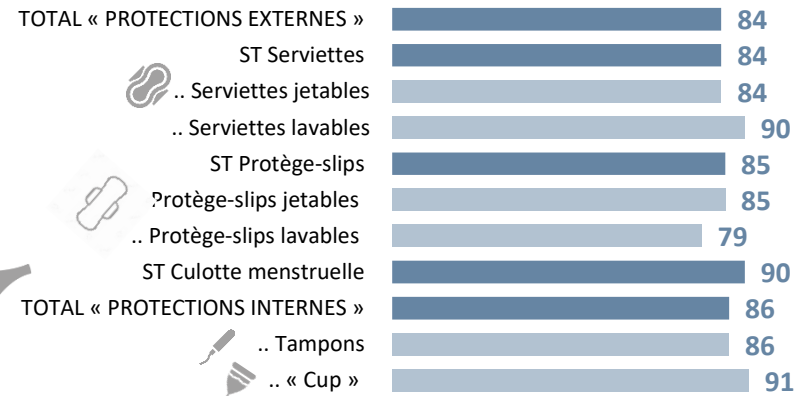
Durée moyenne des règles



A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisée

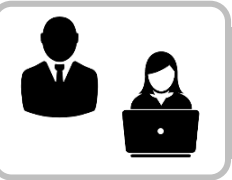


Ressent pendant son cycle...





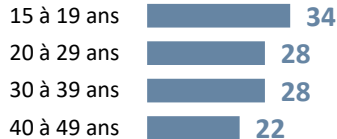
Zoom sur le profil des Françaises n'ayant pas osé dire à leur manager qu'elles étaient dans l'incapacité de travailler à cause de leurs règles



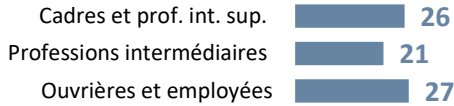
Note de lecture : 58% des femmes ayant des règles très douloureuses sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **27%**

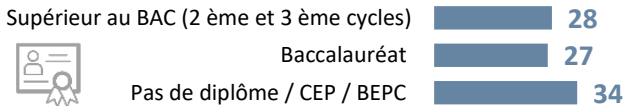
Age



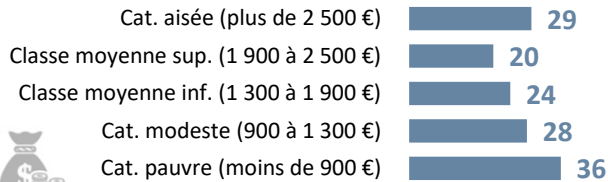
Catégorie socioprofessionnelle



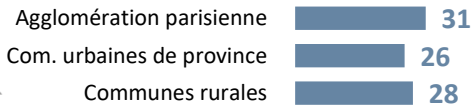
Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



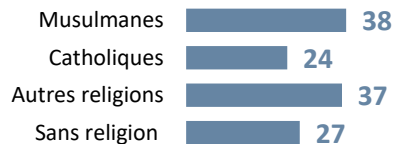
Catégorie d'agglomération



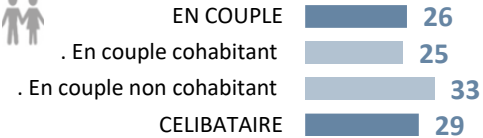
Région



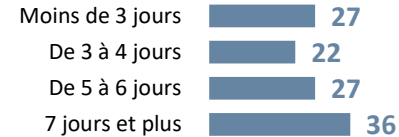
Croyance



Statut marital



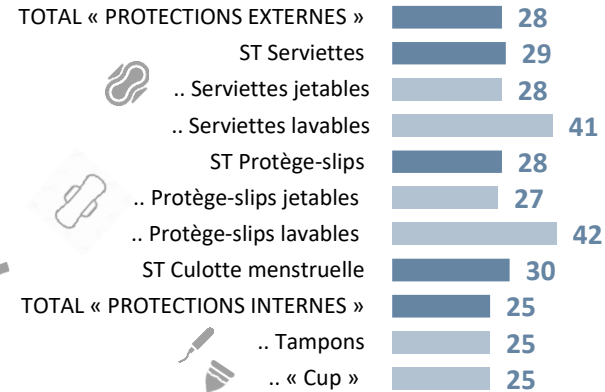
Durée moyenne des règles



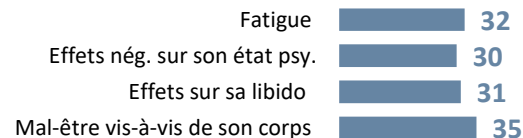
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...



C | LES MODES ACTUELS DE PROTECTION HYGIENIQUE ET LE POTENTIEL D'USAGE DE LA "CUP"



Question : Quelles sont toutes les protections intimes que vous avez utilisées au cours des 12 derniers mois ?

Base : femmes ayant leurs règles

« PROTECTIONS EXTERNES »



ST Serviettes



Serviettes jetables



Serviettes lavables



ST Protège-slips



Protège-slips jetables



Protège-slips lavables



ST Culotte menstruelle



« PROTECTIONS INTERNES »



Tampons



« Cup »



« AUTRES PROTECTIONS »



Du papier toilette, de l'essuie-tout



Le flux instinctif libre

(pratique consistant à contrôler l'écoulement du sang par la contraction du périnée, puis à le déverser dans des sanitaires)



Un autre mode de protection hygiénique



L'éponge menstruelle

(dispositif interne de protection hygiénique placé dans le vagin afin de récolter le sang lors des règles)





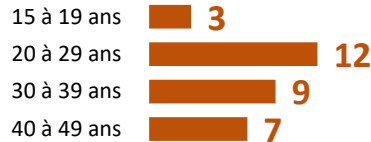
Zoom sur le profil des Françaises ayant utilisé « une cup » comme protection hygiénique au cours des douze derniers mois



Note de lecture : 14% des cadres et professions intellectuelles supérieures sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des Françaises se situe à **8%**

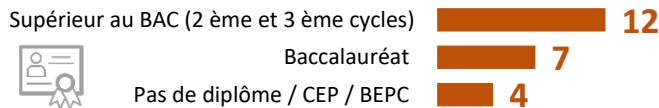
Age



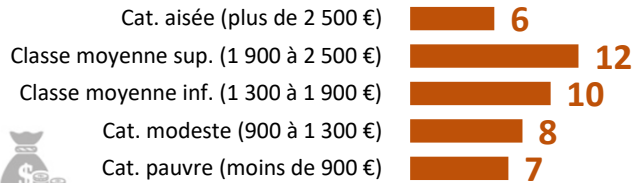
Catégorie socioprofessionnelle



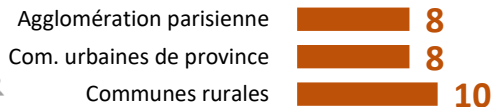
Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



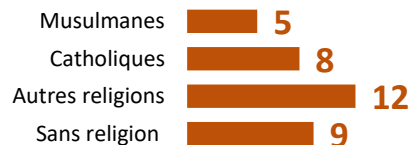
Catégorie d'agglomération



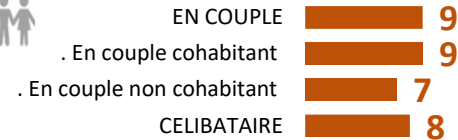
Région



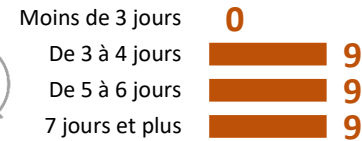
Croyance



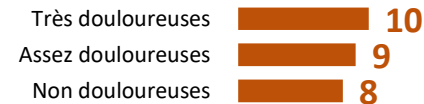
Statut marital



Durée moyenne des règles



A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé

TOTAL « PROTECTIONS EXTERNES »



ST Serviettes
.. Serviettes jetables
.. Serviettes lavables



ST Protège-slips
.. Protège-slips jetables
.. Protège-slips lavables

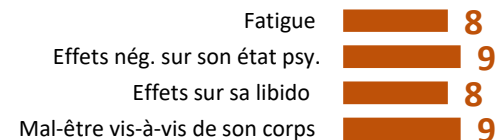


ST Culotte menstruelle
TOTAL « PROTECTIONS INTERNES »



.. Tampons
.. « Cup »

Ressent pendant son cycle...



Question : La "cup" menstruelle – appelée également coupe ou coupelle menstruelle – est un appareil en silicone médical utilisable comme mode de protection hygiénique. Constitué d'une petite coupe en forme d'entonnoir aux bords arrondis, cet appareil se termine le plus souvent par une petite tige. Personnellement, pourriez-vous utiliser une « Cup » ou coupe menstruelle ?

Base : femmes ayant leurs règles

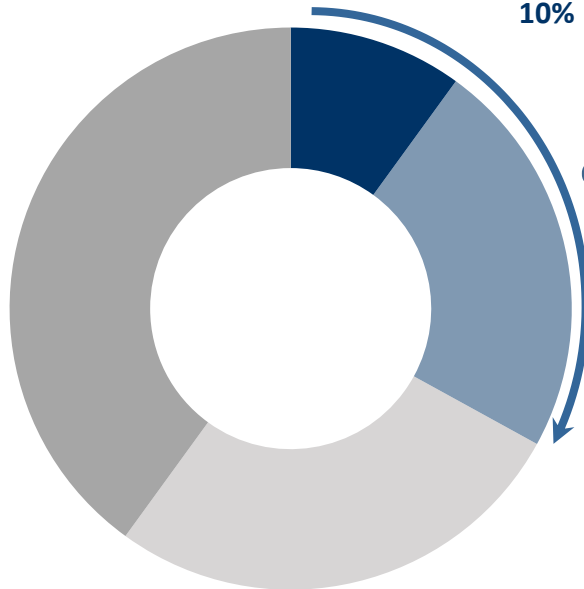


Non,
certainement
pas
40%

Oui, certainement
10%

Oui, probablement
23%

Non, probablement pas
27%

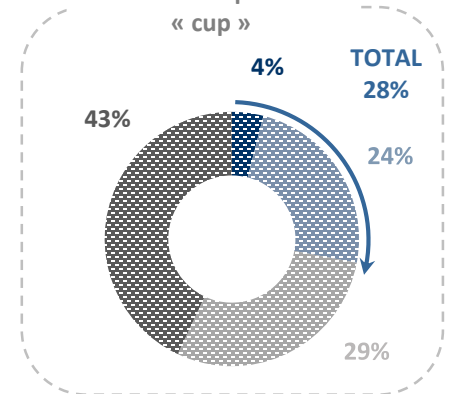


33%

des femmes ayant leurs règles pourraient utiliser une « Cup » ou coupe menstruelle



Zoom sur les femmes n'utilisant pas de « cup »



Question : La "cup" menstruelle – appelée également coupe ou coupelle menstruelle – est un appareil en silicone médical utilisable comme mode de protection hygiénique. Constitué d'une petite coupe en forme d'entonnoir aux bords arrondis, cet appareil se termine le plus souvent par une petite tige. Personnellement, pourriez-vous utiliser une « Cup » ou coupe menstruelle ?

Base : femmes n'utilisant pas de « cup »

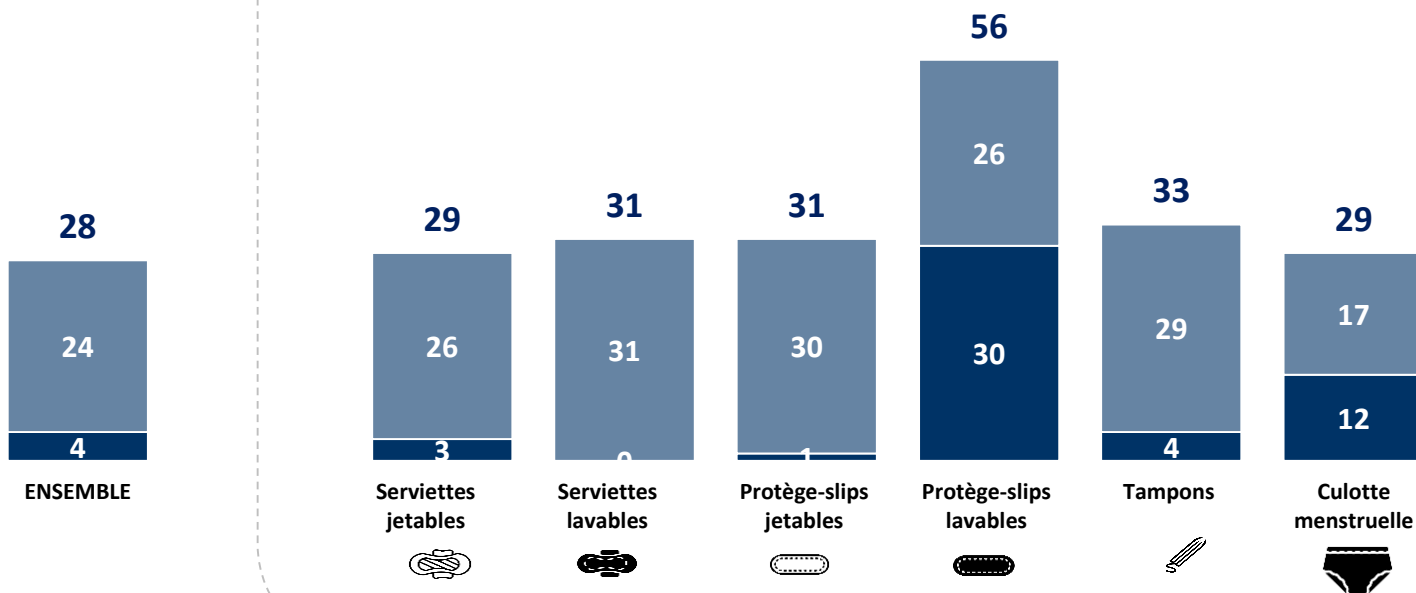


Proportion de femmes disposées à utiliser des cup

Oui, probablement



Oui, certainement



Réponses

en fonction du mode de protection hygiénique utilisé le plus souvent



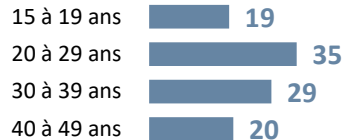
Zoom sur les femmes n'utilisant pas de « cup » mais qui pourraient le faire



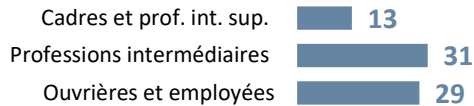
Note de lecture : 39% des femmes issues des catégories aisées sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des femmes n'utilisant pas de « cup » se situe à **28%**

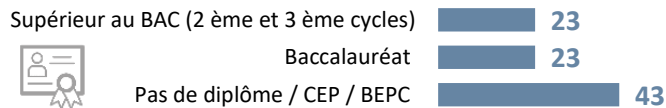
Age



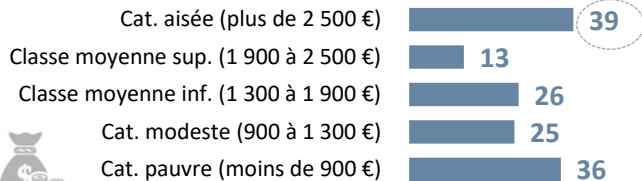
Catégorie socioprofessionnelle



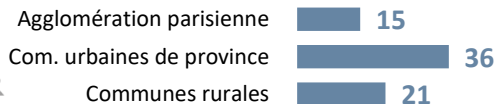
Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



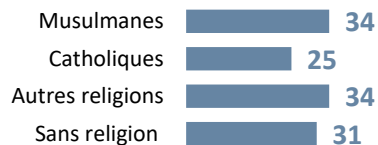
Catégorie d'agglomération



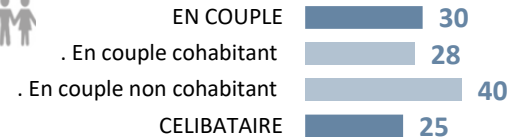
Région



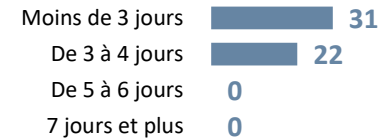
Croyance



Statut marital



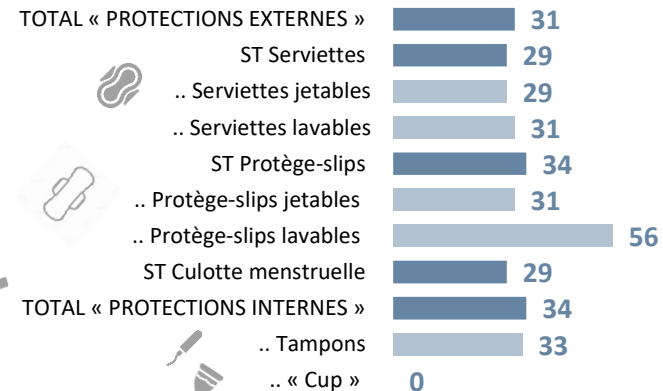
Durée moyenne des règles



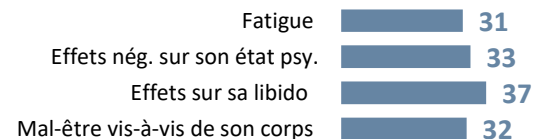
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...

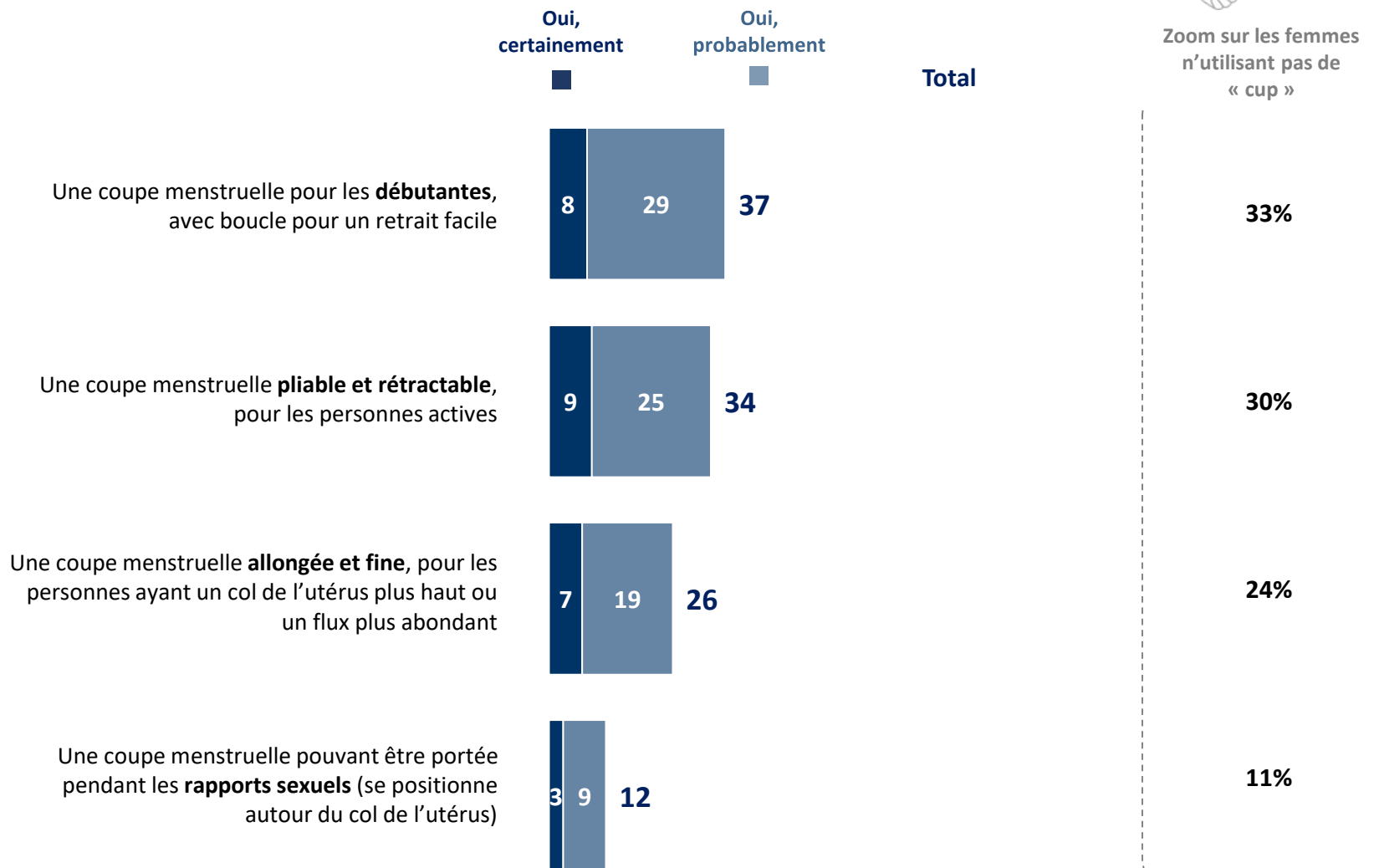


Question : Et plus précisément, pourriez-vous utiliser... ?

Base : femmes ayant leurs règles



Zoom sur les femmes n'utilisant pas de « cup »





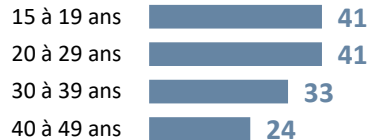
Zoom sur le profil des Françaises pouvant utiliser une « cup » pour les débutantes, avec boucle pour un retrait facile

INTIMINA®

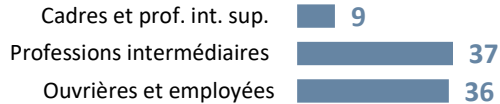
Note de lecture : 43% des femmes issues des catégories aisées sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des femmes n'utilisant pas de « cup » se situe à **33%**

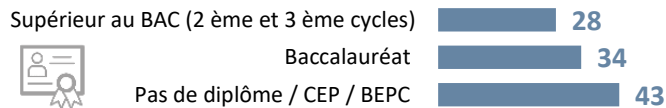
Age



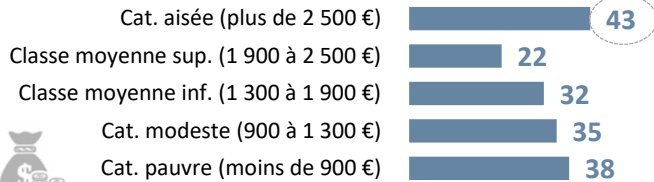
Catégorie socioprofessionnelle



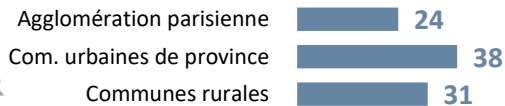
Niveau de diplôme



Niveau de revenus nets / individu



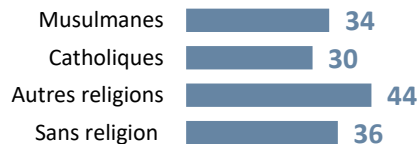
Catégorie d'agglomération



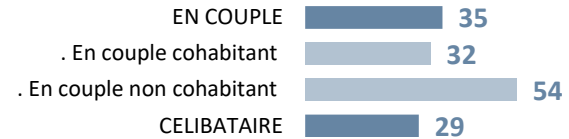
Région



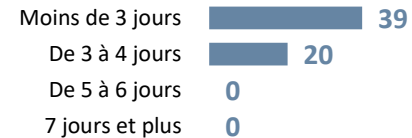
Croyance



Statut marital



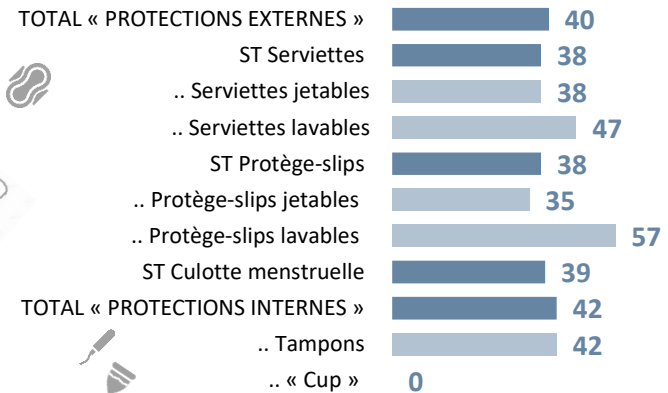
Durée moyenne des règles



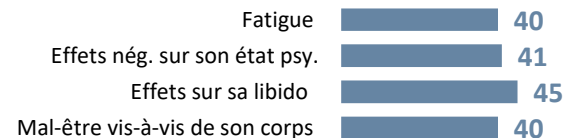
A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...





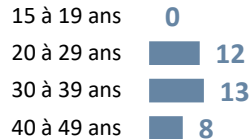
Zoom sur le profil des Françaises pouvant utiliser une « cup » pouvant être portée pendant les rapports sexuels

INTIMINA®

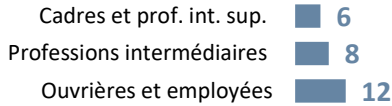
Note de lecture : 16% des femmes issues des catégories aisées sont dans cette situation

Pour rappel, la moyenne observée chez l'ensemble des n'utilisant pas de « cup » se situe à **11%**

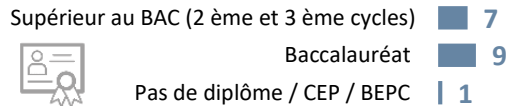
Age



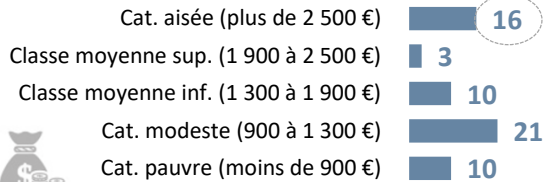
Catégorie socioprofessionnelle



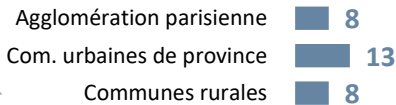
Niveau de diplôme



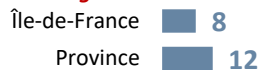
Niveau de revenus nets / individu



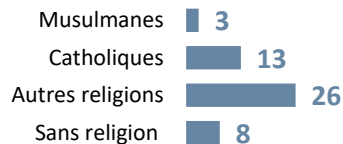
Catégorie d'agglomération



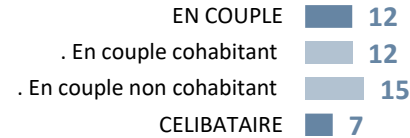
Région



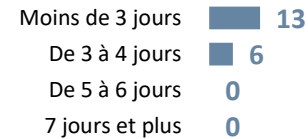
Croyance



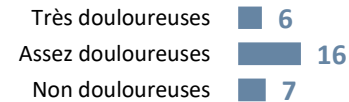
Statut marital



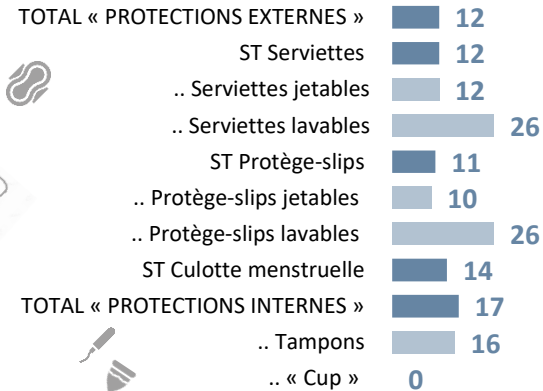
Durée moyenne des règles



A des règles...



Mode de protection hygiénique utilisé



Ressent pendant son cycle...

