

# SUPPRESSION DES MENSTRUATIONS

## LES FAITS

Le corps médical remet en question la pertinence d'être menstruée à tous les mois.

### Le discours médical

- la menstruation régulière est une aberration récente: l'espérance de vie est plus longue, la puberté commence plus tôt et les femmes ont en moyenne 1,3 enfants).
- on compare les femmes d'aujourd'hui, qui ont environ 450 menstruations dans leur vie avec celles des populations chasseurs-cueilleurs qui en avaient à peu près 160 parce que les enfants et l'allaitement se succédaient.
- le système reproducteur féminin est fait pour concevoir des bébés. Les cycles non fertiles volontaires n'ont pas lieu d'exister.
- aucune preuve scientifique ne confirme que le cycle menstruel régulier est nécessaire à la santé des femmes.
- le cycle ovulatoire répétitif est associé à des troubles fonctionnels tels la dysménorrhée (menstruation difficile et douloureuse) le syndrome prémenstruel, les ménorragies (écoulement menstruel anormalement abondant ou prolongé), une plus grande incidence de l'endométriose (présence de tissu endométrial en dehors de l'utérus), des crises d'épilepsie, des myomes utérins (tumeur bénigne dans l'utérus), de l'anémie, des cancers de l'ovaire et de l'endomètre.

### Le discours économique

- les femmes sont moins productives au travail pendant leurs menstruations. Selon une étude réalisée par Texas Instrument, la productivité des femmes diminue de 25% lors de leurs menstruations. La pilule en continu est donc un moyen d'accroître la productivité des femmes et de réduire leur taux d'absentéisme.
- il y a plus d'absentéisme des filles à l'école pendant leurs menstruations.

### La solution médicale à ce «nouveau problème»: la pilule en continu (Seasonal)

- la menstruation provoquée par les pilules contraceptives n'est pas biologique mais plutôt artificielle. Elle est due à un retrait hormonal.
- il faut garder au repos les organes génitaux lorsque la grossesse n'est pas désirée.
- les contraceptifs oraux (CO) sont le moyen artificiel le plus équilibré qui existe à l'heure actuelle pour éliminer les cycles ovulatoires répétitifs.
- la fréquence de règles la plus acceptable pour les femmes qui prennent des CO, notamment les plus jeunes (15 à 19 ans) serait à tous les trois mois.
- on offre maintenant une nouvelle pilule (Seasonal) qui réduit le nombre de périodes menstruelles à quatre par année au lieu de 13. Les femmes prennent donc 84 pilules actives suivi de 7 placebo plutôt que le schéma 21/7.
- les principaux effets secondaires sont les mêmes que pour la prise de pilule en mode séquentielle (21/7).

- les femmes qui prennent la pilule en continu sont deux fois plus susceptibles de saigner entre leur période que les femmes sur la pilule contraceptive traditionnelle.

### **L'information véhiculée aux femmes**

- il n'est pas naturel d'être menstruée tous les mois.
- médias: les menstruations doivent être cachées, à la limite, niées (Réseau québécois d'action pour la santé des femmes).
- les menstruations sont une nuisance qui coûte cher et qui font en sorte que les femmes se sentent malpropres (Publicité de l'industrie Barr pour la Seasonal).
- «Êtes-vous prêtes pour moins de périodes et plus de possibilités» site Web du Seasonal.
- la menstruation mensuelle représente un facteur de risque pour différents problèmes de santé.
- amélioration de la qualité de vie (voyage, compétition, mariage, productivité au travail, réduction du syndrome prémenstruel).
- avec la prise de CO en continu, le risque d'oubli ou de retard à commencer un nouveau distributeur est divisé par trois ou quatre.
- la CO en continu constitue un traitement de première ligne de la dysménorrhée et des ménorragies dues au fibrome utérin ou à différents troubles de coagulation.
- la CO en continue devrait mieux protéger les femmes contre les cancers de l'endomètre et de l'ovaire que le schéma 21/7.

### **LES CONTRE ARGUMENTS**

#### **Rôle des menstruations**

Les menstruations régulières doivent nécessairement avoir une fonction puisque, dans le cas contraire, elles n'auraient pas résisté aux mutations qui ont accompagné notre évolution (Margie Profet, biologiste).

Les sécrétions cycliques de l'oestrogène, de la progestérone, de la testostérone jouent des rôles significatifs pour maintenir la cascade des événements physiologiques assurant un métabolisme des os en santé, l'intérêt et la réponse sexuelle, les fonctions cardiovasculaires, le sommeil et des cycles d'énergie adéquats. Les jeunes femmes dont les cycles ovulatoires sont dérangés sur une longue période font face à une densité osseuse décroissante.

Le cycle menstruel naturel joue un rôle dans la protection des maladies cardiaques des femmes en âge de reproduction parce qu'il a l'effet de réduire efficacement la pression sanguine. Aussi, une diminution périodique des réserves de fer (lors des menstruations) réduisent les risques de crises cardiaques et d'accidents vasculaires cérébraux. En effet, des niveaux trop élevés de réserves de fer augmente le risque de maladies du cœur (Dr. Susan Rako). Les jeunes femmes qui prennent la Seasonal seraient donc à risque de développer très tôt des maladies cardiovasculaires.

Le sang menstruel diffère du sang ordinaire dans sa composition. Il contient des cellules immunitaires capables de lutter contre les pathogènes présents dans la cavité utérine. Les menstruations pourraient donc servir à protéger l'utérus et les trompes de Fallope de la colonisation par les pathogènes propagés par le sperme (Margie Profet).

Les menstruations ne sont pas la cause d'anémie chez des femmes. Un bol de céréale à grain entier suffit à combler l'apport quotidien recommandé de fer. Des carences en fer seraient plutôt causés par une mauvaise alimentation (Dr Susan Rako).

Une augmentation de l'oestrogène avec la pilule entraîne une diminution de la testostérone qui circule librement dans les tissus humains. Une diminution de la testostérone entraîne une importante baisse de libido, de sensibilité et de plaisir sexuel.

Certains troubles liés à la santé reproductive (dont l'endométriose) pourraient être causés par les quantités résiduelles de dioxines contenues dans la plupart des tampons et serviettes hygiéniques et non par les menstruations elles-mêmes.

Pour plusieurs femmes, les menstruations permettent d'avoir l'assurance de ne pas être enceinte lorsqu'elles sont menstruées, sont un signe de bonne santé et constituent un aspect de leur féminité.

### **Non application du principe de précaution**

Aucune preuve scientifique ne confirme que le cycle menstruel régulier n'est pas nécessaire à la santé des femmes.

Les femmes qui prennent la pilule en continu ingèrent des hormones neuf semaines de plus chaque année que les femmes sur la pilule conventionnelle. On ne connaît pas les risques pour la santé de la prise d'hormones en continu à long terme, surtout pendant la période de croissance des jeunes femmes.

L'industrie Barr aurait exagéré à la hausse le nombre de femmes participant à l'étude clinique (pour avoir plus de crédibilité) et les impacts négatifs qu'ont les menstruations sur la vie des femmes, leur estime personnelle et leur performance (Newsday, janvier 2004).

### **Risque de la prise d'hormones**

En continu et en alternance, les hormones risquent de créer des déséquilibres incroyables. Les hormones ont un effet sur tous les organes du corps (Dr. Susan Rako).

Les femmes sur la pilule contraceptive conventionnelle ont un risque accru de cancer cervical, de tumeur du foie et de cancer du sein et un risque moins élevé du cancer des ovaires (National Cancer Institute). Il existe un risque élevé, bien que plus rare, de caillots sanguins et d'accidents vasculaires cérébraux.

Les contraceptifs oraux peuvent augmenter les niveaux de cholestérol (American Heart Association).

## LES ENJEUX SOCIAUX

On omet le principe de précaution sans connaître les risques de la prise d'hormones en continu à long terme.

Nous n'avons pas l'évidence que la suppression des menstruations est sécuritaire et réversible.

La suppression des menstruations était originalement recommandée aux femmes présentant des problèmes sévères liés aux menstruations, comme l'endométriose. On recommande maintenant cette pratique aux filles et aux femmes en santé qui veulent simplement ne pas être emmerdées par leurs menstruations et ce, même si elles ne sont pas actives sexuellement.

Pour plusieurs sociétés, les menstruations ont toujours été un indicateur de leur état de santé: si les femmes sont menstruées normalement, tout va bien. Maintenant, c'est l'inverse qui se produit.

Une étude démontre que l'attitude négative des femmes envers les menstruations, plutôt que les symptômes menstruels est un facteur plus déterminant lorsqu'elles décident de supprimer leurs menstruations. Les facteurs psychosociaux jouent donc un rôle prépondérant dans la décision des femmes de supprimer leur cycle menstruel.

On élimine tranquillement la spécificité du corps féminin. Les femmes perdent le contact avec leur cycle. Elles sont coupées des rythmes de leur corps.

Les femmes sont susceptibles de vivre avec les hormones de la puberté à la ménopause.

## LES ENJEUX ÉCONOMIQUES

La Seasonal est composée des mêmes hormones et ingrédients que la pilule contraceptive conventionnelle mais elle est emballée et prescrite différemment. Comme le marché de la pilule contraceptive est saturé, fallait-il inventer autre chose?

L'école médicale de Virginia qui a développé cette pilule en continu a reçu 19 millions de dollars de l'industrie pharmaceutique Barr pour les droits de brevet. Gary Hodgen, inventeur de cette pilule, recevra 3,3 millions de dollars à lui seul.

Depuis novembre 2003, plus de 260 000 prescriptions de Seasonal ont été faites. Les ventes pour l'année fiscale 2004 pourraient atteindre 16,2 millions. L'industrie Barr projette des ventes de 100 millions pour cette pilule en 2005.

L'industrie Barr est actuellement le troisième plus grand fabricant de contraceptifs oraux aux États-Unis mais décrochera la première place d'ici la fin de 2004.

Barr finance actuellement des organisations de santé qui promeuvent la non nécessité et les risques pour la santé des menstruations.

## PISTES DE RÉFLEXION

Les femmes opteraient-elles pour la suppression des menstruations et de la pilule en continu si:

- elles connaissent les bénéfices des menstruations?
- l'image véhiculée des menstruations était plus positive? (Une étude des médias qui ont abordé la suppression des menstruations conclue que les menstruations sont présentées comme ennuyantes et mauvaises pour la santé).
- l'information véhiculée par les compagnies pharmaceutiques et les médias n'était pas biaisée? (Ceux qui font la promotion de la suppression ont reçu plus d'attention que ceux qui s'y opposent).
- elles connaissent davantage leur corps?
- elles connaissent les enjeux économiques sous-jacents à la commercialisation de la pilule en continu?
- elles avaient accès à des études fiables, à long terme, sur les effets de la prise de la pilule en continu sur leur santé et sur l'absence de leur menstruation?

### **Nous avons besoin d'études fiables sur plusieurs années qui:**

- examinent l'expérience des femmes avec la suppression des menstruations, la santé des os et les risques de caillots sanguins et des attaques cardiaques.
- examinent le retour à la fertilité après la suppression.
- évaluent l'effet de la pilule en continu sur les adolescentes qui sont beaucoup plus vulnérables pendant leur développement .
- étudient les attitudes des femmes, leurs préoccupations, leurs préférences et besoins d'information sur leur cycle reproducteur.

Pourquoi les femmes auront-elles que quatre menstruations par année avec la Seasonal alors qu'il serait possible de n'en avoir aucune? Nous cacheraient-on que les menstruations sont nécessaires?

## QUESTIONNEMENTS

1. Est-ce que la pilule en continu accroît l'autonomie des femmes en matière de santé reproductive?
2. Comment répond-t-on quand on nous dit que la pilule en continu est une question de choix?
3. Qu'est-ce qui nous préoccupe le plus par rapport à la pilule en continu?

## RÉFÉRENCES

- BÉRUBÉ, Jocelyn, «Les pilules en continu: pourquoi être menstruée tous les 28 jours?» Le Médecin du Québec, volume 37, numéro 1, janvier 2002.
- THE HENRY J. KAISER FAMILY FOUNDATION. «Long Island Newsday Examines Barr Laboratories Claims About Menstruation-Suppressing Oral Contraceptive Seasonale», Kaiser Daily Reproductive Health Report, 26 janvier 2004.
- THE HENRY J. KAISER FAMILY FOUNDATION. «Contraception and Family Planning», Kaiser Daily Reproductive Health Report, 7 septembre 2004.
- THE HENRY J. KAISER FAMILY FOUNDATION. «FDA Approves Menstruation-Suppressing Oral Contraceptive Seasonal» Kaiser Daily Reproductive Health Report, 8 septembre 2003.
- LÉVESQUE, Pierre, «Le système reproducteur féminin: nous serions-nous mépris? Quel était le cycle d'Eve?» Le Médecin du Québec, février 1996.
- O'GRADY Kathleen, Les menstruations sont-elles dépassées?, Le Réseau canadien pour la santé des femmes, 2003.
- RABIN, Roni, «The New Pill in Town. Controversial form of birth control delays monthly cycle», Newday, 25 janvier 2004.
- RAKO, Susan, «No more periods?: the risks of menstrual suppression and other cutting-edge issues about hormones and women's health», Harmony Books, New York, 2003. 191 pages
- SOCIETY FOR MENSTRUAL CYCLE RESEARCH. «Menstrual Suppression Panel», Press Release, SMCR 15th Biennial Conference, Pittsburgh, PA, June 5-7, 2003.
- STANTON, Danielle, «La fin des menstruations?», Gazette des femmes, janvier-février 2002. pp.15-22.