

À notre santé... sexuelle et reproductive

Novembre 2006, numéro 6



Dans ce numéro

La fin des menstruations	1
Réseau de veille pro-choix	4
Accès à des services d'avortement gratuits	6
Procréation assistée	7
Petites nouvelles	8
Pour nous rejoindre	8

Pour en finir avec la fin des menstruations

Depuis le début des années 2000, le discours visant la suppression des menstruations a commencé à faire son chemin avec la parution du livre controversé *Is Menstruation Obsolete ?* d'Elsimar Coutinho. Dans son livre, ce gynécologue brésilien affirme que les menstruations sont malsaines et inutiles, en plus d'être la source de nombreux problèmes de santé et de troubles émotifs. Le traitement médical le plus approprié serait donc de voir leur suppression définitive chez les femmes de tous les âges. En 2003, les États-Unis approuvaient la mise en marché de la première pilule contraceptive conçue pour réduire le nombre de périodes menstruelles à quatre par année, la *Seasonale*^{MC}. Santé Canada serait présentement en train d'étudier son approbation ici de même que celle d'un contraceptif semblable, qui serait commercialisé sous le nom d'*Anya*^{MC}, et qui viserait la prise de contraceptifs oraux 365 jours par année.

Préoccupée par ce discours et cet engouement pour la pilule prise en continu, la FQPN a donc organisé une session de réflexion sur la suppression des menstruations le 26 mai 2006. Les 24 participantes présentes ont ainsi pu entendre, dans un

premier temps, Monika Dunn, coordonnatrice à la FQPN, parler des enjeux actuels autour de la suppression des menstruations. Dans un deuxième temps, Nesrine Bessaïh, membre de la Coalition pour la santé sexuelle et reproductive et auteure d'un mémoire de maîtrise sur le sujet, nous a présenté une analyse critique du discours qui promeut la suppression des menstruations. Les participantes ont ensuite partagé leurs propres expériences et perceptions entourant les règles. Enfin, la session s'est terminée par un échange d'idées pour contrer le discours et cette nouvelle forme de médicalisation du corps des femmes. Cet article présente des extraits des présentations des deux conférencières ainsi qu'un résumé des discussions qui ont suivi. Le compte rendu plus détaillé de la session sera bientôt disponible sur le site Web de la FQPN.

Un discours à déconstruire

Le discours visant la suppression des menstruations relève davantage de l'idéologie que de la science. Par exemple, on prétend que les menstruations régulières seraient une aberration récente puisque les femmes vivent plus longtemps, que la pu-

... la fin des menstruations (suite)

berté commence plus tôt et que nous avons en moyenne 1,3 enfants. Ainsi, les femmes auraient environ 450 menstruations dans une vie, ce qui serait mauvais pour leur santé, comparativement aux femmes qui, auparavant, vivaient moins longtemps et avaient beaucoup moins de règles parce qu'elles alternaient grossesses et allaitement de façon continue. Or, le fait d'affirmer que d'avoir 450 menstruations serait mauvais pour la santé ne repose sur aucune recherche scientifique. Même qu'une étude réalisée sur des sœurs aux États-Unis « The Nun Study » révèle que les religieuses sont en meilleure santé que la moyenne des femmes de leur âge (entre 75 et 106). Bien que de multiples raisons peuvent expliquer ce résultat, cette étude semble aussi démontrer que le fait de ne pas avoir eu d'enfants et d'avoir eu des cycles menstruels réguliers pendant toute une vie ne serait pas un des facteurs déterminants de l'état de santé des femmes. Cette lecture des menstruations repose aussi sur la vision sexiste qui présente le corps des femmes comme étant strictement destiné à la reproduction, et que sans grossesse, le corps devient dysfonctionnel !

Parmi les « problèmes » que la suppression des menstruations devrait nous aider à abolir, on retrouve aussi « l'absentéisme au travail et à l'école » et la « diminution de la productivité ». Ainsi, on peut soupçonner que Lucien Bouchard serait en faveur de l'élimination des menstruations puisqu'elle augmenterait la productivité des québécoises !! En fait, les règles et la phase pré-menstruelle sont jugées à partir d'une idéologie qui place la productivité comme toute première priorité.

Enfin, la suppression des menstruations éliminerait aussi un inconvénient majeur : le symptôme prémenstruel (SPM). Or, la définition du SPM comprend une liste de plus de 50 symptômes dont aucun n'est déterminant pour poser un diagnostic (lassitude, irritabilité, manque de concentration, agressivité, anxiété, etc.). Toutes les

femmes sont donc potentiellement sujettes au SPM, car chacune d'entre nous vivra de tels changements d'humeur à l'occasion. Selon l'Organisation mondiale de la santé, partout dans le monde, les femmes rapportent avoir des crampes menstruelles, mais pas le syndrome prémenstruel. Serait-il un phénomène occidental, américain ? En fait, pour Emily Martin, professeure d'anthropologie à la New York University, le SPM n'est un problème que dans le contexte de performance dans lequel nous vivons. Il ne s'agit pas ici de nier les changements d'humeurs vécues par certaines femmes à l'approche des menstruations, mais plutôt de questionner pourquoi ces derniers sont perçus comme des problèmes. Qui, en fait, a décidé qu'il fallait être toujours de bonne humeur, souriante et égale à soi-même ?

Ainsi, les idées sous-tendues par les défenseurs de la suppression des menstruations ne se basent pas sur des recherches mais plutôt sur une vision du monde. Et la médecine et la science, malgré leur apparente objectivité, sont aussi influencés par cette vision.

Les enjeux de la suppression des menstruations

Tout d'abord, il faut savoir qu'il est **prématuré de se prononcer sur la suppression des menstruations vu l'insuffisance de données sur ses conséquences pour la santé des femmes**. En effet, il n'existe aucune étude à ce jour garantissant que la suppression des menstruations n'a pas d'effet à long terme sur notre santé. Nous savons aussi bien peu de choses sur les bienfaits des menstruations. Certaines chercheuses croient que le cycle menstruel influe sur plusieurs fonctions physiologiques, telles que le métabolisme des os, les fonctions cardiovasculaires, le sommeil ou encore la libido. Le sang menstruel diffère du sang ordinaire et contiendrait des cellules immunitaires qui protégeraient les organes reproducteurs. Malgré ce, aucune étude n'a été effectuée

... la fin des menstruations (suite)

afin d'évaluer les conséquences de supprimer entièrement ce cycle naturel sur notre santé et nos fonctions physiologiques.

Alors pourquoi vouloir supprimer les menstruations pour des femmes en santé? En fait, nous sommes de plus en plus dans une ère où la médecine facilite la vie et où les médicaments ne sont plus seulement utilisés pour traiter de véritables maladies. En fait, la suppression des menstruations s'inscrit entièrement dans le processus plus large de la médicalisation de la santé des femmes, processus par lequel les étapes naturelles de la vie des femmes sont perçues comme des maladies, ou encore comme la cause de problèmes de santé à venir qu'il faut prévenir, comme ce fut le cas avec la ménopause. Pour Barbara Seaman, militante et journaliste américaine spécialisée en matière de santé des femmes, « la manipulation chimique des hormones sexuelles chez les femmes constitue la plus grande expérimentation non contrôlée de l'histoire de la science médicale. »

L'expérience des menstruations

Les participantes à la session de réflexion ont échangé sur leurs propres expériences des menstruations. Pour certaines, l'arrivée des menstruations a été célébrée, pour d'autres, elle était source de craintes et d'angoisses. La plupart ont relaté n'avoir eu que de l'information sur les aspects biologiques des menstruations et sur « la gestion de la serviette ». La plupart aurait aimé avoir l'occasion d'échanger davantage sur leurs émotions et expériences sur leurs premières règles, car celles-ci ne signifient pas seulement écoulement de sang, mais aussi voir son corps se transformer, devenir femme. En fait, il est difficile de parler des menstruations sans parler de sexualité, de fertilité, de féminité, etc.

La perception des changements physiques et psychologiques ressentis avant et pendant les menstruations ont été beaucoup questionnés lors de cet échange. De ma-

nière générale, la conception des menstruations est très négative. Pour certaines, le moment des règles est un moment pour prendre soin d'elles, relaxer, mieux manger. Habituellement, on reconnaît que les symptômes sont moins grands quand la pression au travail ou le stress familial sont moindres. Ces changements pourraient aussi être l'occasion de faire le point. Pour plusieurs, les menstruations constituent une source d'information sur le fonctionnement de leur corps et leur état de santé. Elles sont l'occasion d'être fière d'être femme et de se sentir vivante.

Et après ?

La FQPN appuie la position de la *Society for Menstrual Cycle Research*, un organisme de recherche multidisciplinaire sans but lucratif, qui réclame que davantage de recherches soient nécessaires avant que les femmes puissent faire un choix éclairé en la matière. Cette dernière reconnaît également que la suppression des menstruations peut être utile pour des femmes souffrant de troubles sévères liés aux menstruations, mais ne croit pas que la pilule contraceptive en continu devrait être prescrite aux femmes ayant un cycle menstruel sain.

Face à l'approbation de médicaments conçus pour supprimer les menstruations, le principe de précaution (qui consiste à démontrer l'innocuité d'un produit quand des doutes subsistent) devrait être appliqué avant que tout nouveau médicament ne soit approuvé et mis en marché. Il faudrait aussi réclamer que des organismes indépendants soient responsables des études des effets des médicaments, plutôt que les compagnies qui produisent et vendent ces médicaments, comme c'est le cas actuellement. Enfin, il faudrait aussi sensibiliser jeunes et moins jeunes face aux techniques de marketing des compagnies pharmaceutiques et face à leurs intérêts économiques. ♦

Mise en place d'un Réseau de veille pro-choix par la FQPN

Devant l'augmentation des menaces au libre choix des femmes en matière d'avortement, dues à la présence du gouvernement conservateur à Ottawa et à la montée de la droite religieuse et politique au Canada, la FQPN a décidé d'agir. Nous avons lancé le Réseau de veille pro-choix lors d'un « 4 à 7 » tenu à Montréal, le 19 octobre dernier. Une trentaine d'individus et de représentantes d'organisations féministes, étudiantes et syndicales ont assisté à l'événement.

L'idée de créer le Réseau de veille pro-choix au Québec répond au besoin de (re)mettre en lien les individus et les organisations pro-choix, de les convier à (re)sensibiliser leurs milieux au libre choix en matière d'avortement, à surveiller les menaces à ce libre choix et

à être prêts à se (re)mobiliser au besoin. Tous ces «re» illustrent qu'on assistera bientôt à un REtour en arrière si nous ne démontrons pas de la vigilance. La recriminalisation de l'avortement n'est pas la priorité du gouvernement conservateur... dans son premier mandat, comme l'a indiqué le premier ministre Stephen Harper. Les lobbies anti-choix canadiens sont néanmoins très actifs et le courant du conservatisme social et moral issu des États-Unis, dans lequel ils s'inscrivent, a malheureusement de l'influence, comme le montre la récente réorientation politique anti-féministe de Condition féminine Canada (voir encadré : « Les menaces anti-choix sur la colline parlementaire »).

Suite page 5

Les menaces anti-choix sur la colline parlementaire

Le jugement Morgentaler prononcé par la Cour suprême du Canada en 1988 a décriminalisé l'avortement, mais les groupes et députés canadiens anti-choix (qui ont récemment créé un caucus pro-vie) souhaitent profiter de la présence d'un gouvernement conservateur à Ottawa. Le premier ministre Harper fait tout pour contrôler ses troupes pour éviter une polémique autour de l'avorte-

ment dans son premier mandat mais les choses pourraient changer après les élections. Un projet de loi privé, déposé par un député conservateur en mai 2006, visait la reconnaissance de droits au fœtus mais il a été mis au rancart par prudence. Puis, en juin, un député libéral présente un projet de loi privé qui vise la criminalisation de l'avortement après 20 semaines de grossesse. La FQPN suit de près l'évolution de ce projet de loi et

sonnera l'alerte au besoin. Ses chances d'être hissé dans les priorités de l'actuel gouvernement minoritaire sont relativement faibles, mais que nous réserve l'avenir? Selon l'évaluation de la Coalition pour le droit à l'avortement du Canada, 21% des députés libéraux et 63% des conservateurs seraient anti-choix. Pour plus d'informations, voir la fiche informative no 2 dans la partie sur le Réseau de veille pro-choix du site Web de la FQPN.

Mise en place d'un Réseau de veille pro-choix par la FQPN (suite)**Un réseau pro-choix pour agir dans nos milieux et les mobiliser**

Même dans les milieux associatifs et syndicaux, il faut ré-affirmer fortement l'idée selon laquelle l'autonomie et l'égalité des femmes passe entre autres par leur pouvoir de choisir d'avoir des enfants ou non. Nos milieux ne sont pas nécessairement imperméables aux discours moralistes nouvelle version comme celui qui présente les statistiques sur l'avortement de façon sensationnaliste et culpabilise les femmes (voir encadré « Au-delà du spectacle de la statistique... »). Pour soutenir les organismes prêts à sensibiliser leurs milieux et à se mobiliser, la FQPN a mis en

ligne des fiches informatives, et d'autres suivront. La FQPN tiendra régulièrement les membres du réseau au courant de la situation au Canada et au Québec, ainsi que des événements majeurs aux Etats-Unis, en ce qui a trait au libre choix des femmes en matière d'avortement. Les membres du réseau seront aussi appelés à appuyer et à participer à des actions de mobilisation lorsque nécessaire. Il ne s'agirait que d'une élection pour que le vent tourne et que les menaces deviennent carrément des attaques au libre choix.

Au-delà du spectacle de la statistique... Les Québécoises n'avortent pas trop

Depuis quelques années, des médias diffusent une lecture sensationnaliste et moraliste des statistiques sur l'avortement qui suggère que les Québécoises avorteraient trop. Nouvelle manière d'attribuer la responsabilité de la reproduction de l'espèce humaine aux femmes et non à la société dans son ensemble. Pour nous, les données sur le nombre d'avortements pratiqués au Québec - environ 28 000 en 2005 - témoignent d'un phénomène politique et social: les Québécoises exercent un droit pour lequel elles ont fortement lutté et font preuve de responsabilité en re-

fusant de mettre au monde des enfants quand elles jugent que les conditions sont inadéquates. La réduction de cette question sociale à une question technique de contraception tranche avec la réalité complexe des femmes pendant leurs 40 ans de fertilité. Encore de nos jours, les hommes ne prennent pas tous leurs responsabilités en matière de contraception, les diverses méthodes contraceptives ne sont pas toutes connues, ni gratuites, ni accessibles dans toutes les régions du Québec, aucune

n'est efficace à 100% et certaines comportent des effets secondaires et des risques pour la santé des femmes. Le moralisme anti-choix nouvelle version fait aussi fi des responsabilités de la société et du gouvernement à l'égard du manque de services d'éducation sexuelle et de planning des naissances et de la détérioration des conditions socioéconomiques. Pour plus d'informations, voir la fiche informative no 1 dans la partie sur le Réseau de veille pro-choix du site Web de la FQPN.

Mise en place d'un Réseau de veille pro-choix par la FQPN (suite)**Comment devenir membre du Réseau pro-choix ?**

Pour devenir membre du Réseau, il suffit d'être pro-choix. Les membres du Réseau recevront des informations par voie électronique et seront aussi invitées à faire connaître au Réseau les menaces au libre choix dans leurs propres milieux. Pour informations ou pour devenir membre du Réseau de veille pro-choix, contactez la FQPN. ♦

Gain pour l'accès des femmes à des services d'avortement gratuits

Le 17 août 2006, le juge Nicole Bénard, de la Cour supérieure du Québec, a reconnu le droit à 40 000 femmes de se faire rembourser les frais qu'elles ont du déboursier pour obtenir un avortement, entre 1999 et 2006, auprès du Centre de santé des femmes de Montréal ou de cliniques privées. Ce jugement fait suite au recours collectif engagé en 2002 par l'Association pour l'accès à l'avortement, dont le conseil d'administration est principalement composé de médecins et d'administrateurs et administratrices de cliniques privées de services d'avortement. Dans sa décision, la juge Bénard constate que le gouvernement du Québec a violé sa propre loi en laissant des femmes payer pour des services couverts par la Loi sur l'assurance maladie, donc gratuits, et qu'il doit les rembour-

ser pour un montant de 13 millions \$. Elle reconnaît aussi un problème d'accès aux services publics d'avortement, lié à l'insuffisance des investissements gouvernementaux. Le procureur général du Québec a décidé de ne pas aller en appel de ce jugement. Reste à voir comment le gouvernement entend répondre à ce problème d'accès aux services publics d'avortement afin d'éviter d'autres poursuites. Pour consulter le jugement en ligne, avoir de l'information ou pour s'inscrire au remboursement (pour les femmes qui ont du payer pour obtenir un avortement entre le 2 mai 1999 et le 22 février 2006), voir le site www.trudeljohnston.com/fr/avortement/ ou téléphoner au 514-871-8385. ♦

Projet de sensibilisation sur la procréation assistée : toute bonne chose à une fin...

Depuis deux ans, la FQPN a réalisé une importante tournée de sensibilisation à travers le Québec portant sur les enjeux que soulèvent les nouvelles technologies de reproduction humaine. Ainsi, nous avons pu rencontrer plus de 200 personnes issues principalement du mouvement des femmes dans huit régions différentes du Québec. Grande constante si il en est une : le peu d'information qui circule sur le sujet, mises à part les manchettes de journaux qui glorifient les prouesses technologiques permettant, par exemple, à des femmes de 63 ans d'avoir des enfants ! En fait, la grande majorité des participantes a été particulièrement étonnée de voir à quel point la science est rendue lointaine, et que tout cela se passe sans qu'on en ait véritablement conscience ni débattu collectivement. Toutes sont également très inquiètes du manque d'encadrement et d'évaluation des risques sur la santé des femmes et des enfants, ainsi que des conséquences de la procréation assistée pour l'ensemble de la collectivité, des glissements possibles vers l'eugénisme et vers l'enfant à la carte, jusqu'à la marchandisation de nos gamètes, de nos enfants ou encore de notre fonction reproductrice.



Ce projet de sensibilisation qui s'échelonnait sur deux ans est maintenant terminé. Il a été réalisé en collaboration avec le Service aux collectivités de l'UQÀM (protocole UQÀM / Relais-femmes) et grâce à la contribution financière du ministère de l'Éducation du Québec et du Programme de promotion de la femme (et oui, le fameux programme qui a été radicalement transformé récemment par le gouvernement Harper).

Ce projet nous a permis d'embaucher Manon Sabourin comme chargée de projet et aussi de produire une série d'outils éducatifs, dont des capsules vidéo mettant en vedettes nos deux collaboratrices de longue date et expertes sur le sujet, Abby Lippman et Louise Vandelac.

Ce projet nous a également permis de produire une brochure intitulée *La procréation assistée : comment y voir clair*. Cette brochure offre, en première partie, un regard critique sur une série de neuf idées reçues sur la procréation assistée, telles que la définition

de l'infertilité, l'efficacité des technologies, leur encadrement et leur innocuité. La deuxième partie de la brochure présente un glossaire commenté des principales technologies présentement utilisées au Québec. La brochure sera distribuée gratuitement aux membres de la FQPN et sera disponible au coût de 15 \$ pour toute autre personne ou organisation intéressée. ♦

Petites nouvelles

Les allées et venues

Encore une fois, l'année 2005-2006 aura été marquée par la mouvance au sein de l'équipe de la FQPN.

Dans un premier temps, **Monika Dunn**, coordonnatrice à la FQPN depuis février 2004, nous a fait faux bond temporairement pour une bien bonne raison : s'occuper de petit Éloi qui est né en pleine santé au mois d'août dernier. Monika sera de retour de son congé de maternité en mai prochain.

Louise Boivin a donc été embauchée comme coordonnatrice par intérim en remplacement de Monika. Louise qui s'est jointe à l'équipe en août dernier, devait être des nôtres pour une période de huit mois. Malheureusement, après deux mois d'emploi à la FQPN,

Louise nous quittera pour se consacrer entièrement à ses études. Louise était, entre autres, responsable du dossier avortement et de la production du nouveau bottin de ressources de services de planning des naissances. La FQPN est présentement en train de voir à l'embauche d'une nouvelle personne afin de réaliser ces mandats.

Considérant la fin du projet de tournée de sensibilisation sur les technologies de procréation assistée, nous avons du dire au revoir, le 2 novembre dernier, à **Manon Saborin**, qui travaillait comme chargée de projet depuis l'été 2004. La FQPN poursuivra tout de même son travail sur ce dossier, mais de façon beaucoup plus réduite. ♦



Nous sommes sur le Web :
www.fqpn.qc.ca

110, rue Sainte-Thérèse, bureau 405
Montréal (Québec) H2Y 1E6
Téléphone : 514-866-3721
Télécopieur : 514-866-1100
Courriel : info@fqpn.qc.ca

Ce bulletin est rédigé et produit par l'équipe de la FQPN. Il est possible de le reproduire en tout ou en partie à la condition d'en citer la source. Le Bulletin est également disponible sur le Web, un mois après sa parution initiale.