

Les tampons hygiéniques sont-ils dangereux pour la santé ?

En janvier 2020, une adolescente belge est décédée après avoir utilisé un tampon ; en avril 2019, en France, une femme a dû être amputée... Chaque année, les protections périodiques internes sont mises en cause dans le syndrome du choc toxique. Et en 2015, une pétition a réuni près de 300 000 signatures pour demander plus de transparence dans la composition des tampons, *cups* et serviettes, soupçonnant la présence de résidus toxiques. Depuis 2018, l'Anses mène ses propres analyses. Son rapport définitif, publié en janvier 2020, indique effectivement des traces de molécules toxiques, sans pour autant tirer la sonnette d'alarme.

PAR ANNE-LAURE THADÉE



Un risque de pollution chimique ?

Traces de pesticides, de plastiques, de parfums, d'hydrocarbures... Certaines des molécules retrouvées dans les protections périodiques par les experts de l'Anses (Agence nationale de sécurité sanitaire) ont des effets nocifs avérés, comme perturbateurs endocriniens ou sensibilisants cutanés. Aucune marque n'est exempte de ces résidus, mais tous sont bien en dessous des seuils réglementaires, ce qui suggère qu'il s'agit de contaminations accidentelles, selon Céline Dubois, responsable de la coordination du projet à l'Anses. *"Elles sont liées soit aux matières premières, soit aux procédés de fabrication. Nous recommandons donc aux fabricants de modifier leurs méthodes afin de réduire, voire supprimer, tous ces ajouts non-intentionnels, ajoute-t-elle. Le risque de développer des pathologies à cause de ces résidus est très faible, notamment parce qu'ils sont présents en quantité infime."*



SHUTTERSTOCK



Un risque de choc toxique ?

Le "syndrome du choc toxique menstruel" est une maladie qui touche aujourd'hui plus de 20 femmes par an en France. Elle est causée par la multiplication d'une bactérie, le staphylocoque doré, à l'intérieur du vagin. Cette bactérie est présente chez 30 à 50 % de la population sans poser de problèmes particuliers, mais lorsque du sang stagne en présence d'oxygène dans une protection périodique interne (tampon, éponge ou *cup*), elle se multiplie et, dans 4 % des cas, produit des toxines qui ont de graves effets sur l'organisme. Fatigue, fièvre, vomissements, diarrhées, maux de gorge, malaise... puis éruptions cutanées et enfin défaillance des organes. D'après

Gérard Lina, microbiologiste du Centre national de référence des staphylocoques, moins de 1 % des personnes atteintes en meurent. Ce syndrome est inhérent au principe du tampon en lui-même. Seul le suivi des préconisations d'usage permet de réduire les risques : se laver les mains et respecter les temps d'utilisation. *"Il est important de garder les protections internes le moins de temps possible, idéalement entre 4 et 6 heures"*, précise-t-il. Selon le rapport de l'Anses, les protections périodiques externes (serviettes, protège-slips et culottes menstruelles) n'ont jamais été impliquées dans un choc toxique. C'est d'ailleurs ce type de protections qui sont conseillées pour la nuit.

59 %

C'est la proportion de femmes utilisant des protections intimes internes, dont 92 % des tampons et 15 % des *cups*. Le plus souvent (à 87 %), en complément de serviettes hygiéniques.

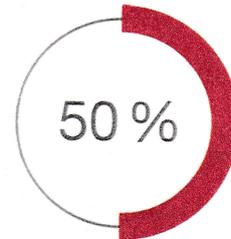
31

C'est au minimum le nombre de femmes touchées par le syndrome du choc toxique lié aux règles, en France en 2018 (aucun décès depuis 2008), en légère hausse depuis 2014. La maladie ne faisant pas l'objet d'une obligation de déclaration au Centre national de recherche sur les staphylocoques, ce chiffre pourrait être sous-estimé.



Quid des cups ?

Souvent citées comme une alternative sûre et efficace aux tampons, les coupes menstruelles présentent en fait les mêmes risques. Selon les experts de l'Anses, leur processus de fabrication est mal documenté et leur examen montre qu'elles contiennent également des résidus toxiques (dioxyde de soufre, hydrocarbures), sans dépassement des seuils, et que des colonies de staphylocoques peuvent s'y développer tout aussi facilement que dans les tampons. Dans les faits, 30 % des femmes les portent toute la journée. C'est pourquoi l'Anses recommande de les changer toutes les 6 heures, et souhaite voir les notices d'utilisation rappeler que le risque de choc toxique est présent, quel que soit le type de protection interne choisi. La matière plastique des *cups* est un support idéal pour la croissance de films bactériens. Pour éviter qu'un biofilm s'y développe, Gérard Lina conseille de ne pas se contenter d'un lavage au savon, mais de stériliser les *cups* après chaque utilisation.



C'est, selon un sondage OpinionWays réalisé en 2017 pour l'Anses, le nombre de femmes qui ne se lavent pas les mains avec du savon avant de changer de protection, augmentant ainsi les risques de contamination par le staphylocoque doré.