

### **18 octobre : Journée mondiale de la ménopause** **Briser le tabou pour mieux accompagner** **les femmes au travail**

*Astellas Pharma France rappelle à travers les résultats de son enquête OpinionWay menée en 2025 l'impact silencieux de la ménopause dans le monde du travail et réaffirme son engagement pour un meilleur accompagnement des femmes ménopausées au travail.*

Levallois-Perret, 10 septembre 2025 – En France, environ 17,2 millions de femmes âgées de 45 ans et plus sont concernées par la ménopause, et près de 500 000 y entrent chaque année. À l'occasion de la Journée mondiale de la ménopause organisée par l'OMS le 18 octobre, Astellas Pharma France rappelle que cette étape physiologique, aux répercussions parfois profondes sur la santé physique, mentale et sociale, reste encore largement invisible dans le monde du travail, alors même que 57 % des femmes de 50 à 64 ans sont encore actives\*.

À travers une enquête menée avec OpinionWay auprès de 1006 françaises âgées de 50 ans et plus\*\*, en mai 2025, le laboratoire met en lumière l'impact silencieux de la ménopause dans la vie professionnelle des femmes et appelle à faire évoluer les regards, les pratiques et les politiques RH.

#### **1. La ménopause, un tabou persistant au travail : 1 femme sur 4 dissimule ses symptômes par peur d'être discriminée**

L'enquête OpinionWay pour Astellas révèle une **gêne importante** liée à la ménopause dans le cadre professionnel :

- **87 %** des femmes interrogées déclarent avoir ressenti une gêne au travail.
- Les **symptômes les plus difficiles à vivre** : bouffées de chaleur, fatigue, troubles du sommeil et de l'humeur.
- Et **35 %** des femmes ménopausées jugent cette gêne au travail vraiment importante.

Le **poids du silence** est manifeste :

- **1 femme sur 4** dissimule ses symptômes par peur d'être discriminée. Cette proportion atteint **32 % chez les 50-59 ans** et **42 % chez les femmes les plus génées**.



\*\* Les interviews ont été réalisées du 22 au 30 mai 2025 auprès d'un échantillon de 1006 femmes ménopausées en France, issu d'un échantillon représentatif de 1296 femmes âgées de 50 ans et plus.



- **40 %** estiment que la ménopause reste un **sujet tabou au travail**, et **25 %** craignent qu'en parler nuise à leur carrière.

Ce tabou se traduit par une **absence totale de dialogue dans l'environnement professionnel** :

- **53 %** des femmes n'en parlent à personne dans leur entreprise,
- **77 %** ne l'évoquent même pas avec le médecin du travail,
- Et **94 %** n'en parlent jamais à leurs collègues masculins (vs 52% à leurs collègues féminines)

Et pour cause ! **52 % des femmes ont déjà entendu des blagues sexistes** ou des **remarques désagréables** liées à la ménopause dans leur environnement professionnel ou leur vie personnelle dont **32% dans leur entreprise actuelle** ou leur dernière entreprise (pour les retraitées).

Les conséquences sur les carrières sont bien réelles : **12 %** des femmes ménopausées ont vécu une situation difficile au travail liée à leurs symptômes.

Parmi **les femmes les plus impactées** par la ménopause :

- **9 %** ont dû poser un arrêt maladie,
- **5 %** déclarent avoir été freinées dans leur progression (refus de promotion),
- **4 %** ont quitté leur emploi.

Et pourtant, seules **2 %** des femmes interrogées ont bénéficié d'un accompagnement spécifique. **22 %** estiment même avoir été laissées seules, sans soutien de la part de leur direction.

## **2. Les symptômes de la ménopause : un impact sous-estimé sur la vie professionnelle**

Au **top 5 des symptômes** les plus gênants dans le cadre professionnel cités par les femmes : les bouffées de chaleur citées (62%), la fatigue (57%), les troubles du sommeil (50%), les troubles de l'humeur (35%), les douleurs articulaires et musculaires (33%). Des symptômes qui affectent profondément la qualité de vie, et par ricochet la performance au travail, la concentration, mais aussi la confiance en soi.

Pourtant, ces effets restent rarement abordés dans le cadre professionnel, créant un angle mort dans les politiques de qualité de vie au travail.

**Pour le Dr Véronique Laveix-Echallier, gynécologue** : « *La ménopause n'est pas une maladie, mais elle s'accompagne de bouleversements hormonaux majeurs. La chute brutale des œstrogènes perturbe de nombreux systèmes physiologiques, ce qui explique la diversité et l'intensité des symptômes ressentis : bouffées de chaleur, troubles du sommeil, douleurs articulaires, fatigue chronique, anxiété, troubles de la concentration... C'est un véritable raz-de-marée pour certaines femmes.* »

« *Au travail, certains symptômes deviennent particulièrement invalidants. L'insomnie, par exemple, altère les capacités de concentration et la performance. Les troubles de l'humeur ou de l'anxiété peuvent affecter les relations professionnelles, tandis que les bouffées de chaleur fréquentes ou les sueurs nocturnes impactent le confort et la confiance en soi. Ces*

*manifestations ne sont pas visibles, mais elles ont un réel poids sur la qualité de vie au travail. »*

### **Trois questions à Caroline Loisel, experte en qualité de vie au travail,**

#### **En quoi le tabou de la ménopause est-il révélateur d'une inégalité systémique dans l'entreprise ?**

*« Le tabou autour de la ménopause révèle un déséquilibre systémique plus qu'une simple inégalité. Ce silence s'explique par un système de travail historiquement normé autour de la performance, dans lequel la souffrance psychologique des hommes comme les transformations corporelles des femmes sont invisibilisées. Le corps des femmes est encore perçu comme un sujet privé, voire embarrassant, et doit rester "désirable" dans l'imaginaire collectif. Cela explique pourquoi on ne parle ni des règles, ni de l'endométriose, ni de la ménopause. »*

#### **Pourquoi les femmes restent-elles aussi silencieuses sur ce qu'elles traversent ?**

*« Les femmes restent souvent silencieuses sur ce qu'elles traversent pour plusieurs raisons : un modèle mental cartésien qui dissocie corps et travail ; une pudeur générationnelle sur les sujets intimes ; la peur d'être perçues comme fragiles ou moins efficaces ; et le refus d'ajouter une couche de "revendication féminine". Le paradoxe, c'est qu'en taisant ces difficultés, on renforce leur invisibilité. »*

#### **Quel est l'impact de cette invisibilisation sur la confiance en soi et les trajectoires de carrière des femmes ?**

*« Cette invisibilisation a un impact direct sur la confiance en soi et les trajectoires professionnelles. Une femme qui enchaîne les nuits sans sommeil à cause des sueurs nocturnes ou de la gêne à cause de bouffées de chaleurs en réunion, mais ne peut pas l'exprimer, risque de se sentir isolée, incomprise, et de douter d'elle-même. Cela crée un climat de gêne, qui pousse certaines à se cacher dans les toilettes ou à se taire face aux remarques sexistes. Ce n'est pas un petit sujet : c'est une entrave réelle à l'égalité des chances. »*

### **3. Astellas agit : un programme global pour soutenir les femmes qui sont concernées par la ménopause dans le monde du travail**

L'enquête révèle que **66% des femmes** ménopausées pensent qu'il serait légitime d'en parler, et pour **49% même nécessaire dans le cadre du travail !**

Conscient de l'urgence à agir, Astellas déploie depuis 2024 un programme mondial ambitieux: le **Global Menopause Pledge**, destiné à faire de la ménopause un sujet **reconnu, normalisé et accompagné** dans l'entreprise.

Ce programme est adapté localement et comprend entre autres :

- Des actions de sensibilisation auprès des collaborateurs
- Des ressources et des supports pour les managers et les collaborateurs pour faciliter le dialogue entre collaborateurs et managers
- Des formations dédiées aux managers par des experts externes.



Ces actions sont progressivement déployées dans l'ensemble des filiales Astellas, y compris en France, et peuvent inspirer d'autres structures engagées pour l'inclusion et la santé au travail.

#### **Des sessions de formation pour mieux vivre la ménopause au travail**

Le 6 novembre 2025, Astellas Pharma France lance une 1<sup>ère</sup> **session de formation** auprès de 25 « **ambassadeurs ménopause** ». Ces volontaires engagés au sein de la filiale française, recevront les connaissances médicales, des informations sur les impacts psychologiques, sociaux et professionnels, les conseils, ressources et outils disponibles pour mieux vivre la ménopause. Ils deviendront les référents sur cette thématique au sein du laboratoire.

**Virginie Gasnot (Responsable de la Communication d'Astellas Pharma France):** « *Il est temps de sortir la ménopause de l'angle mort des politiques RH. Notre programme propose des solutions, applicables rapidement, pour créer un environnement plus juste, plus humain, plus performant.* »

En parallèle, Astellas Pharma France soutient les propositions émanant du Rapport Parlementaire de Madame la Députée Stephanie Rist, notamment :

- Construire un **parcours de soins pluridisciplinaire pour les femmes ménopausées**
- Mettre à jour les **recommandations de la HAS** sur la ménopause
- **Sensibiliser les employeurs** et intégrer la ménopause dans les politiques RH

Ces recommandations visent à lever les tabous, réduire les inégalités d'accès aux soins, et mieux accompagner les femmes dans cette transition de vie.

#### **A propos d'Astellas**

Astellas est une entreprise pharmaceutique mondiale des sciences de la vie qui s'engage à transformer la recherche en VALEUR pour les patients. Nous proposons des thérapies innovantes dans des domaines tels que l'oncologie, l'ophtalmologie, l'urologie, l'immunologie et la santé des femmes. Grâce à nos programmes de recherche et de développement, nous sommes à l'avant-garde de nouvelles solutions thérapeutiques pour les pathologies dont les besoins médicaux ne sont pas satisfaits. Pour en savoir plus, consultez le site [www.astellas.com](http://www.astellas.com).

---

#### **Contact presse :**

Laurence de la Touche – [laurence@agencethedesk.com](mailto:laurence@agencethedesk.com) - 06 09 11 11 32

---