

Journée mondiale de l'hygiène menstruelle : en Inde, le tabou des règles renforce les inégalités hommes-femmes

« Menstruation is the biggest taboo in my country¹ », s'exprimait Aunachalam Muruganatham, inventeur de la machine low-cost qui permet de fabriquer de serviettes hygiéniques. Cette phrase percutante est tirée du documentaire réalisé par Rayka Zehtabchi, appelé Les règles de notre liberté (en anglais, Period. End of sentence) qui montre l'initiative Pad Project dans la ville de Hapur de l'État du Uttar Pradesh en Inde.

Le meurtre de Vritra prend l'apparence d'un flux mensuel chez la femme

Il faut remonter aux croyances religieuses et aux mythes pour mieux comprendre la perception des menstruations en Inde. Selon la mythologie védique de l'Inde ancienne, les menstruations sont liées au meurtre de Vritra, symbole de la sécheresse et des puissances hostiles², par Indra, le roi des dieux dans la mythologie védique. Il est donc déclaré dans le Veda, correspondant à l'ensemble des textes védiques, que la culpabilité du meurtre de Vritra prend l'apparence d'un flux mensuel chez la femme, qui aurait emporté une part de la faute d'Indra³. En plus de cette croyance, les femmes pensent également que le sang est dû au fait que les Dieux n'entendent pas les prières des femmes⁴.

Les règles sont donc perçues comme une impureté dont les populations ont peur, incombant aux femmes de subir de nombreux interdits traduisant cette impureté et entretenant la honte que ressentent celles-ci.

En effet, pendant leur menstruation, toutes les activités religieuses leurs sont interdites, elles n'ont pas le droit de rentrer dans un temple ou de participer à des rituels religieux comme des prières⁵. Mais ces interdits dépassent les superstitions religieuses car l'accès à la cuisine leur est proscrit et elles ne peuvent pas toucher certains aliments comme le achar (cornichon indien) car l'impureté qu'elles dégagent aurait tendance à moisir la nourriture. De plus, la peur

¹ R. Zehtabchi, Les règles de notre liberté, 2018.

² L. Frédéric, Nouveau dictionnaire de la civilisation indienne, 2018, p. 330-339.

³ S. Garg, T. Anand, "Menstruation related myths in India: strategies for combating it", J Family Med Prim Care, 2015; 4 (2): 184-186.

⁴ R. Zehtabchi, op. cit.

⁵ S. Rajagopal, K. Mathur, "Breaking the silence around menstruation: experiences of adolescent girls in an urban setting in India", Gender & Development, 2017, 25:2, 303-317.

de la population va même pousser à pratiquer le chaupradi qui consiste à enfermer les femmes durant leurs menstruations⁶.

Une honte intériorisée qui s'explique par la méconnaissance des règles

Ces croyances et pratiques ont des conséquences sur la gestion de l'hygiène menstruelle chez la femme. Tout d'abord, de par cette impureté et honte autour des règles, les femmes et jeunes filles vont intérioriser ces croyances et vont donc d'elles-mêmes se considérer comme impures. En effet, dans une étude réalisée dans la région du Rajasthan⁷, 88% des jeunes filles scolarisées et non scolarisées considèrent leur sang menstruel comme impur. Une jeune fille rapporte même que lorsque son amie a ses menstruations, elle a peur et est gênée de voir du sang sur les vêtements de son amie⁸. En dehors des croyances, cette honte intériorisée s'explique également par la méconnaissance des règles chez les jeunes filles et femmes. Selon les statistiques de l'Unesco en 2018⁹, deux tiers des jeunes filles dans certaines régions du monde ignorent ce qui leur arrive lorsqu'elles ont leurs règles. En Inde, certaines filles déclarent même qu'au sein de leur famille, aucune explication ne leur ait faite lorsque les premières règles apparaissent¹⁰. Cette absence de connaissance ne dépend pas de la scolarisation car 73,3% des filles indiennes (scolarisées et non scolarisées) rapportent n'avoir jamais eu d'informations sur le cycle menstruel à l'école ou au sein du cercle familial¹¹.

Cette ignorance facilite donc l'installation de croyances et de mythes autour des menstruations et participe à l'entretien de ces idées reçues. Par ailleurs, si cette ignorance prédomine chez les jeunes filles et les femmes en Inde, les jeunes garçons et les hommes n'ont également pas de connaissances sur les menstruations. Comme nous le montre le documentaire Les règles de notre liberté, des hommes d'âges différents affirment que les règles sont une maladie qui touche seulement les femmes.

⁶ L. Azerna, « Avoir ses règles en Inde : mens(tr)uel », Blog Courrier International, 2017. Disponible sur : <https://blog.courrierinternational.com/ma-decouverte-de-l-inde/2017/07/24/avoir-ses-regles-en-inde-un-tabou-menstruel/>.

⁷ S. Rajagopal, K. Mathur, op. cit.

⁸ Ibid.

⁹ « Principes directeurs internationaux sur l'éducation sexuelle : une approche factuelle », aperçu, 2018, UNESCO, p.2.

¹⁰ S. Rajagopal, K. Mathur, op. cit.

¹¹ Ibid.

Au niveau mondial, 1 femme sur 3 n'a pas accès à des toilettes

Il y a donc beaucoup d'interconnexion entre la méconnaissance, la honte et l'impureté autour des règles qui ont donc pour conséquence une mauvaise hygiène menstruelle chez les filles. Si au niveau mondial, 1 femme sur 3 n'a pas accès à des toilettes¹², les jeunes filles indiennes scolarisées éprouvent des difficultés à changer leur protection hygiénique (quand elles en ont une) au sein de leur établissement scolaire. Selon une étude menée par l'UNICEF et l'OMS en 2018¹³, seulement 66% des écoles à l'échelle mondiale disposaient d'installations sanitaires améliorées non mixtes en 2016. Plus de 620 millions d'enfants disposent au mieux d'un service d'assainissement limité, au pire, d'aucun service dans leur établissement scolaire¹⁴. En Inde, le changement des protections hygiéniques est parfois impossible à cause du manque de toilettes dans leur foyer ou à l'école. Le changement des protections se fait souvent en cachette, à l'abris des regards. En absence d'infrastructures sanitaires, certaines filles doivent changer leur protection en plein air et elles sont embarrassées car il arrive parfois que des garçons les observent¹⁵. Et même lorsqu'il y a des toilettes, une poubelle distincte pour les déchets liés aux protections hygiéniques est mise en place. Cette poubelle est vidée tous les mois par une femme dite de basse caste qui est embauchée seulement à cet effet¹⁶. Compte tenu de l'image négative des Indiens au pied de l'échelle sociale, voir une femme de basse caste s'occuper des déchets liés aux menstruations peut être perçu comme un cumul de l'impureté selon la culture indienne.

Sur la question de l'accès aux protections hygiéniques, seulement 36% des femmes d'une étude menée dans l'État du Rajasthan¹⁷ déclarent avoir tout ce dont elles ont besoin pour avoir une bonne hygiène menstruelle. L'accès à des protections hygiéniques adéquates est encore limité et 60% des femmes et jeunes filles utilisent encore des morceaux de tissus comme protection hygiénique¹⁸. Cet accès limité est très souvent dû au prix des serviettes hygiéniques en Inde car beaucoup n'ont pas les moyens de s'en acheter¹⁹.

¹²« L'accès aux toilettes dans le monde », Coalition Eau, 2014. Vidéo disponible sur : <https://www.youtube.com/watch?v=ThMZb3IPuR8>.

¹³ « Eau potable, assainissement et hygiène en milieu scolaire : Rapport sur la situation de référence au niveau mondial en 2018 », New York : Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF) et Organisation mondiale de la Santé, 2018, p. 8.

¹⁴ Ibid.

¹⁵ R. Zehtabchi, op. cit.

¹⁶ L. Azerma, op. cit.

¹⁷ S. Rajagopal, K. Mathur, op. cit.

¹⁸ Ibid.

¹⁹ Ibid.

Des absences scolaires chez les jeunes filles pendant leurs menstruations

De ce fait, l'accès limité à des protections hygiéniques mais surtout le manque de bonnes infrastructures sanitaires entraîne souvent des absences scolaires chez les jeunes filles. Dans une étude réalisée sur six écoles de la métropole de Delhi²⁰, une seule école ne disposait pas de toilettes séparées pour les filles, ayant pour conséquence 65% des filles absentes durant leurs menstruations. Toujours selon la même étude, sur un total de 600 jeunes filles sur les six écoles, 40% d'entre elles déclarent ne pas aller à l'école lors de leurs menstruations. Leur absentéisme est dû notamment au manque d'intimité pour changer leurs protections, aux douleurs liées aux règles mais aussi aux interdits que subissent les filles durant leurs règles. Pour ce qui concerne les filles quand même présentes à l'école en période de menstruation, 65,5% d'entre elles déclarent que les règles impactent leurs journées d'écoles²¹. Par exemple, certaines n'osent pas aller écrire au tableau²².

Malgré ces difficultés liées à un manque de sensibilisation sur les menstruations, des initiatives ont été mises en place pour promouvoir une bonne hygiène menstruelle chez les jeunes filles et femmes indiennes. Comme nous le montre le documentaire *Les règles de notre liberté*, grâce à l'invention de la machine à fabrication de serviettes hygiéniques low-cost par Aunachalam Murugantham, l'initiative du Pad Project²³ a installé depuis le mois d'avril 2020, six machines dans différentes régions rurales de l'Inde avec notamment du tissu réutilisable pour réduire le nombre de déchets liées aux serviettes hygiéniques. Cette initiative permet aux femmes de vivre de cette production de serviettes hygiéniques et à certaines de s'émanciper puisque grâce à ce revenu des femmes ont pu, par exemple, reprendre des études²⁴.

Il y a également l'initiative TruCup²⁵, créée par deux femmes indiennes, qui promeut des protections hygiéniques plus durables et peu coûteuses sur le long terme par l'organisation d'ateliers de création de serviettes hygiéniques lavables dans des communautés rurales, la distribution de cup menstruelles et la sensibilisation sur le cycle menstruel et l'importance d'une bonne hygiène menstruelle. À l'échelle gouvernementale, l'Inde a adopté des directives nationales sur la gestion de l'hygiène menstruelle en 2015. Malgré cela, en 2017, seulement

²⁰ A. Vashisht, R. Pathak, R. Agarwalla, BN. Patavegar, M. Panda, "School absenteeism during menstruation amongst adolescent girls in Delhi, India", *J Family Community Med.* 2018; 25 (3) :163-168.

²¹ Ibid.

²² Ibid.

²³ The Pad Project. Disponible sur : <https://thepadproject.org/>.

²⁴ R. Zehtabchi, op. cit.

²⁵ TruCup. Disponible sur : <https://www.trucup.co/partners>.

deux tiers des écoles indiennes ont adopté des mesures de sensibilisation à l'hygiène menstruelle²⁶.

Ces initiatives représentent uniquement une partie des actions menées par des ONG pour favoriser une meilleure hygiène menstruelle et briser le tabou des règles en Inde. Bien sûr, ce travail s'inscrit sur le long terme puisqu'il faut aller bien au-delà de l'éducation autour du cycle menstruel. C'est un véritable travail de changement de mentalité sur l'égalité hommes-femmes qu'il faut mettre en place en sensibilisant les hommes et les femmes pour pouvoir accéder à une société indienne plus égalitaire et tolérante sur le sujet des menstruations.

²⁶ « Eau potable, assainissement et hygiène en milieu scolaire », op. cit.