

CHAPITRE 1 :

LA MENOPAUSE MALTRAITEE PAR LA PSYCHALYSE

Au début du siècle, l'espérance de vie d'une femme était de 50 ans, elle est aujourd'hui de 83 ans. Cela ne veut pas dire que certaines femmes ne parvenaient pas à un âge de vieillesse avancée. L'allongement de l'espérance de vie ne tient pas seulement au prolongement du nombre d'années mais, en grande partie, à la réduction drastique des décès pendant l'enfance et au moment des accouchements. Parmi les contemporaines de Freud, les rares qui survivaient jusqu'à la ménopause pouvaient compter vivre encore une vingtaine d'années. Actuellement, ce sont des masses considérables de femmes qui, à 50 ans, n'en sont qu'au milieu de leur vie d'adulte. Elles ont devant elles trente trois ans à vivre, en moyenne, soit autant que depuis leur sortie de l'adolescence presque autant que la période de leur activité ovarienne¹. Nous sommes donc, de par l'importance de ces classes d'âge, face à un nouvel enjeu de société.

Dès le début des années 90, la ménopause est devenue, aux USA³, le sujet de santé le plus publié et le plus politisé. Il ne s'agit pas uniquement de la cessation des règles et de sa conséquence, l'impossibilité d'enfanter mais aussi de ce moment particulier de la vie où se profile un changement de l'image du corps. En 1993, le tiers des américaines étaient déjà ménopausées⁴, et ceci avant même que les grandes classes d'âge d'après guerre ne soient concernées. En France, d'ici un an, douze millions de femmes auront plus de soixante ans⁵ ; ce qui implique un nombre bien plus important de femmes déjà ménopausées. Avec les générations du baby-boom, chaque année 500 000 françaises arrivent à l'âge de la ménopause. Qu'en sera-t-il de leur sexualité et de ce qui la soutient, l'organisation désirante de toutes ces femmes? Que peut en dire la psychanalyse?

Bien qu'il n'ait jamais écrit d'article spécifique à ce propos, Freud en parle à de multiples reprises. Mais, après lui, la ménopause a très peu intéressé les psychanalystes. Mes recherches bibliographiques concernant les travaux psychanalytiques sur le sujet, toutes écoles confondues, tant aux USA qu'en France, ont abouti à de maigres résultats. A ma connaissance, nous disposons des vingt pages écrites par Helene Deutsch; de l'article de Benedek, de quelques pages de Françoise Dolto et d'un article de la mexicaine Maria Langer. Trois articles en langue anglaise ont été publiés : Pines (1981) à Londres; Bemesserfer (1996) à San Francisco et Helena Harris. Un chapitre du livre de Ruth Lax, de New York, porte sur le sujet. Il n'existe, que je sache, qu'un seul livre écrit par une psychanalyste, celui de Madeleine Gueydan⁶⁷.

Par contre, nous assistons à une prolifération d'articles et de livres psychanalytiques traitant de la féminité, de la sexualité féminine et de la maternité, dans lesquels toute référence à l'existence même de la ménopause semble bannie, comme si les femmes ne dépassaient jamais 40 ans. La ménopause fait l'objet d'un déni chez beaucoup de ces auteurs qui, pour ne pas l'aborder, prennent prétexte du fait que ce serait un sujet médical et non analytique. Or les

mêmes peuvent, sans hésiter, traiter de l'anorexie, de l'adolescence, de l'alcoologie et de bien d'autres thèmes du même genre.

En 1994, dans le cadre de la réunion annuelle de l'American Psychoanalytic Association (A.P.A.) un panel consacré à la ménopause⁸ s'est réuni à l'initiative d'Owen Renik. En soulignant le caractère inédit de cette première rencontre, il a fait remarquer que les règles et la ménopause étaient des thèmes éludés dans la littérature psychanalytique jusqu'à produire du déni et il s'est demandé pourquoi⁹. Sandra Bemederfer constate, elle aussi, la pauvreté des productions analytiques qui contraste avec la pléthore de livres " grand public " écrits sur le sujet. Et, à propos d'un cas clinique, elle avoue d'ailleurs comment elle-même n'a pu entendre, dans les plaintes d'une patiente, que celle-ci abordait la ménopause, par crainte, analyse-t-elle, de la sienne propre. Sans pour autant préciser les racines de cette crainte, elle invoque un déni chez les patients comme chez les analystes. Ce qui est dénié, lui répond Ruth Lax ce n'est pas le fait même de la ménopause mais ses effets psychiques. Or, ajoute-t-elle, ce n'est que si ces derniers sont correctement reconnus que les deuils des pertes deviennent possibles et qu'une femme peut alors regarder de l'avant.

POURQUOI LE DENI DE LA MENOPAUSE ?

Dès 1982, Ruth Lax¹⁰ avait émis l'hypothèse d'un déni de la ménopause chez la plupart des analystes. Depuis, rien n'a changé : en décembre 2000, dans le cadre de cette même réunion annuelle de l'Association Psychanalytique Américaine (APA), sollicitée de prendre la responsabilité du *Work-shop* sur la ménopause, elle n'a trouvé aucun analyste pour répondre à sa proposition de travail. Cette désaffection pour un sujet qui touche un pareil nombre de femmes lui semble la preuve même de ce déni. Les rares analystes qui se sont risqués sur ce thème s'en sont souvent plaints. Mais quelles seraient les causes d'un pareil déni ?

Je constate que les termes " sexualité " et " désir " sont peu évoqués en rapport avec la ménopause qui continue d'être associée à la vieillesse malgré le temps qui les sépare. Il y a quinze années entre le début de l'une et le début de l'autre; et encore en laissant de côté le grand âge, puisqu'une trentaine d'années, en moyenne, restent à vivre après la ménopause. Quand des psychanalystes traitent du désir ou de la sexualité des femmes ils refusent, en général, d'aborder la ménopause. Or, les mêmes lorsqu'ils préparent un numéro de revue consacré à la vieillesse, demandent volontiers un article sur le sujet. Sandra Bemederfer (1994) remarque également qu'il n'y a pas si longtemps que ménopause et vieillesse ne sont plus traités, systématiquement, ensemble.

J'ai fait une expérience instructive lors d'un congrès de gynécologie, obstétrique et psychosomatique¹¹. Dans l'atelier intitulé : " La représentation de la femme ménopausée " auquel j'assistais, une spécialiste scandinave exposait un travail sur les données référentes aux capacités d'autonomies. Elle expliquait que le vécu d'autonomie d'une femme n'était pas le même tant qu'elle pouvait monter ses escaliers et qu'il changeait dès qu'elle se mettait à dépendre d'un déambulateur, la perte plus grave se produisant quand elle ne pouvait plus signer seule son chéquier. Si ces considérations sont évidemment de la plus haute importance pour des femmes autour du grand âge, j'étais très surprise de voir que personne ne semblait s'étonner qu'un pareil sujet trouve sa place dans un atelier sur les représentations de la femme ménopausée. J'ai été la seule à observer que ce passage, sans intermédiaire, entre ménopause et vieillesse supposait un bond d'au moins 25 ans. Cela équivaldrait à évoquer la ménopause auprès des jeunes femmes qui commencent leur vie sexuelle.

POURQUOI MENOPAUSE ET VIEILLESSE ?

Si, dans un cas, l'amalgame est impensable alors que, dans l'autre, il se fait naturellement, sans offusquer quiconque, cela montre bien que la capacité de procréer - tant qu'elle existe chez une femme - fait fantasmatiquement obstacle à la mort. Une fois cette capacité perdue, rien n'arrête plus la fuite du temps vers l'annihilation finale, peu importe pour l'inconscient le nombre des décennies encore à vivre. Cette expérience, ainsi que les demandes qui m'ont été faites d'écrire sur ce sujet dans des revues qui consacraient un numéro à la vieillesse, m'enseignent que les choses n'ont guère évolué depuis l'antiquité hébraïque, époque où l'on trouve la première définition de la ménopause dans le Talmud : *Une femme est vieille, c'est-à-dire atteinte par la ménopause, quand, à l'approche de l'âge critique, elle ne voit pas son flux cataménial pendant trois époques consécutives.* Et plus loin: " *Par quoi l'approche de l'âge critique se caractérise-t-elle? Par le fait - dit R. Iehuda - qu'une femme est considérée vieille par ses propres amies* "12

En Inde ancienne, pendant la période védique - XXV^e au XV^e siècle avant J. C. - les textes parlent ainsi: " *Indra dit aux femmes: O excellentes, vous avez une menstruation tous les mois. Pendant trois jours, on ne pourra pas vous toucher sous peine de souillure. Mais elle ne durera que tant que vous serez fécondes. Quand elle cessera, votre vie sera terminée.* "13

Mais à quel âge est-on considéré comme " vieille " ? Cet âge régresse-t-il parallèlement à celui où l'on devient ménopausée ?

Les progrès techniques de la médecine permettent de ralentir l'apparition des signes de vieillissement, et il est un fait que l'âge, auquel la vieillesse commence, a changé dans les dernières décennies. Le vieillissement d'une population, écrit Hervé le Bras¹⁴ se définit simplement: " *c'est l'augmentation de la proportion des personnes âgées de plus de X années. A quel âge correspond cette barrière des X années?* "15 Il remarque qu'il n'y a pas de critères précis pour y répondre et qu'une enquête historique est nécessaire pour savoir à quel âge l'on a considéré que la vieillesse commençait. Il rappelle qu'en 1932, G. Mauco, l'un des démographes les plus écoutés de l'entre-deux-guerres, parle de la population des " vieillards " français en désignant par ce mot toute personne âgée de plus de 50 ans. Quelques années plus tard, A. Sauvy, le fondateur de l'Institut national d'études démographiques, (INED) et R. Debré, le pédiatre, définissent le vieillard comme une personne âgée de plus de 60 ans. " Une génération plus tard, le même Sauvy, assisté cette fois par l'historien P. Chaunu, considère les personnes âgées à partir de 65 ans ".

Hervé le Bras en conclut, à juste titre, que la fraction de vie qui précède le vieillissement s'accroît. Les progrès de la prévention, de l'hygiène et de la médecine reculent en effet l'âge auquel l'on commence à être considéré comme " vieux ". L'âge de la vieillesse se déplaçant en fonction de l'espérance de vie, ce sont quinze années qui ont été gagnées entre 1931 et 2001. Mais ces progrès n'ont pratiquement pas modifié la date à laquelle une femme cesse irrémédiablement de pouvoir être mère¹⁶.

Le Dr R. Arnaud¹⁷ constate que, chez les anciens, l'âge moyen auquel une femme ne peut plus enfanter tourne souvent autour de 50 ans. Tels sont aussi les chiffres avancés par les auteurs de l'Inde des derniers siècles avant l'ère chrétienne¹⁸, mais aussi par certains auteurs latins des premiers siècles de notre ère¹⁹. C'est également l'âge qu'avance le Talmud²⁰. L'auteur bien sûr ne donne à ces chiffres aucune valeur démographique, mais les prend comme une indication. Au Moyen-Âge, tous les auteurs parlent de 50 ans, même si l'on cite nombre de ménopauses bien plus précoces, dues vraisemblablement aux disettes et aux épidémies. Au XIX^e siècle, quand les données sont plus fiables, les chiffres tournent autour de 45 ans et demi. Mais c'est surtout le XX^e siècle qui nous intéresse puisque c'est là que nous observons un accroissement concret de la longévité et le développement d'un nouveau phénomène de société : celui d'une masse, toujours plus importante, de femmes qui vont vivre plusieurs décennies après la ménopause. Les données sur l'âge moyen de la ménopause,

au XX^e siècle, varient entre 47 et 51 ans. L'âge de la ménopause aurait-il reculé? Cette hypothèse est contestée par Post et Amundsen. Il semble que le recul ne serait que de quelques mois au cours du XX^e siècle et s'expliquerait par l'amélioration du niveau de vie et de l'alimentation dans les pays occidentaux²¹.

A défaut d'espérer réduire l'écart de pratiquement 30 ans entre l'âge de la ménopause et l'âge moyen auquel les femmes décèdent, il serait peut-être temps que les psychanalystes s'attellent à étudier cette période.

¹ Données fournies par l'Association Française de l'Etude de la Ménopause (A.F.E.M.), lors de sa conférence de presse du 17/2/2000.

² Données fournies par l'Association Française de l'Etude de la Ménopause (A.F.E.M.), lors de sa conférence de presse du 17/2/2000³ Selon *Le Newsweek*, il s'agit du premier sujet de santé féminine des années 90.

⁴ Donnée citée par Margaret Lock: *Encounters with aging*, University of California Press, 1993.

⁵ Données fournies par Patrice Lopes et Virginie Ringa: " Les aspects cliniques de la ménopause ", in *Femmes, médecins et ménopauses*, publié par Berger -Levrault, Paris, 1999, p. 36.

⁶ Livre qui reprend une partie de sa thèse de doctorat présentée à l'Université de Montpellier

⁷ Citer peut-être le travail de Marraquinni sur les groupes de femmes,*

⁸ Le compte rendu fut fait par Sandra Bemesderfer, de San Francisco, qui eut la gentillesse de nous l'envoyer. Voir Bemesderfer S.: " Psychoanalytic aspects of menopause ", in *Jour. of the Amer. Psych. Ass.*, 44/2, 1994

⁹ Renik s'était intéressé un temps à la ménopause par le biais de ses travaux sur les règles. Voir Renik O. : " An example of disavowal involving the menstrual cycle ", in *Psychoanalytic Quarterly*, LIII, 1984. " A case of premenstrual distress: bisexual determinants of a woman's fantasy of damage to her genital ", in *Jour. of Amer. Psychoanalytic Ass.*; vol. 40, n° 1, 1992.

¹⁰ *? Ruth Lax : The expectable depressive climacteric reaction ", in *Bulletin of the Menninger Clinic*,46(2), 1982, p. 158.

¹¹ Congrès Européen de la Société de Gynécologie, Obstétrique et Psychosomatique, Paris, 2000.

¹² Arnaud R.: *La ménopause à travers l'histoire*, Laboratoires Ciba-Geigy, 1995, p. 9.

¹³ Idem.

¹⁴ Directeur d'études à l'EHESS.

¹⁵ Le Bras H. : " Le vieillissement n'a pas d'âge ", in *La Recherche*, 322, Juillet- août, 1999, p. 109.

¹⁶ Des expériences ont récemment permis, dans certains pays, à des femmes d'être mère à la soixantaine. Même si ces expériences sont éthiquement douteuses, il semble qu'il y a là un nouveau phénomène de société qu'il faut au moins citer.

¹⁷ Arnaud R. : Op. cit., p. 20. , citant Amundsen, Post, Vu Thien Phong et le Littré,

¹⁸ Par exemple, Suruta, du IV^e Siècle av. J. C. , mais aussi Caraka, II^e siècle ap. J. C.

¹⁹ Par exemple, Oribase IV^e Siècle ap. J. C., Aetius, VI^e Siècle ap. J. C., ou Paul d'Egine VII^e Siècle ap. J. C.

²⁰ Arnaud cite aussi des auteurs qui considèrent que c'est autour de la quarantaine que cela a lieu, en particulier Hippocrate, mais il précise que ce chiffre est trouvé par une relation numérogique entre le 7 et le 6.

²¹ La comparaison de l'âge de la ménopause chez certains groupes humains en dénutrition - telles certaines peuplades nomades du Nord de l'Inde ou les Mayas du Mexique - et les chiffres de la société occidentale, indiquerait que la ménopause est plus tardive quand le niveau de vie est plus élevé. Il n'est pas impensable que des dénitritions graves puissent provoquer des aménorrhées collectives qui perdurent jusqu'à l'âge de la ménopause, ce qui modifierait les données épidémiologiques. Flint (1997) du département d'Anthropologie de l'Université de Montclair, remarque que les facteurs de nutrition jouent un rôle dans l'âge de la ménopause; il est possible que celles qui ont des masses graisseuses plus importantes maintiennent aussi des niveaux plus haut d'œstrogène en circulation ce qui retarderait les ratages ovariens. A l'inverse, des femmes ayant moins de tissus adipeux, donc moins bien nourries, présentent une accélération de la perte folliculaire. Avis à celles qui veulent rester minces!
