UNIVERSITÉ DU BURUNDI
GRENIER DU SAVOIR DU BURUNDI
Dépôt institutionnel officiel
https://repository.ub.edu.bi

La gestion de l’hygiène menstruelle chez les étudiantes externes de l’Université du Burundi

Kundane, Joseph; Sous la direction de : Dr. Aloys Misago

2024
UB, FLSH
https://repository.ub.edu.bi/handle/123456789/1545

Document téléchargé depuis le **Grenier du Savoir du Burundi** — https://repository.ub.edu.bi

UNIVERSITE DU BURUNDI

FACULTE DES LETTRES ET SCIENCES HUMAINES

MASTER EN SOCIO-ANTHROPOLOGIE

==========

LA GESTION DE L'HYGIENE MENSTRUELLE CHEZ LES ETUDIANTES EXTERNES DE L'UNIVERSITE DU BURUNDI

Par :

KUNDANE Joseph

Mémoire

Présenté et défendu publiquement en vue de l'obtention du grade de Master en Socio-Anthropologie

==========

Les membres du jury

Président du jury : Dr. Christella KWIZERA

Directeur : Dr. Aloys MISAGO

Secrétaire : MA. Alexis NDABIHONGE

Bujumbura, Janvier, 2024

LES MEMBRES DU JURY

Président du jury : Dr. Christella KWIZERA

Directeur : Dr. Aloys MISAGO

Secrétaire : MA. Alexis NDABIHONGE

DEDICACES

A

Nos parents : notre père, notre regrettée mère

Nos frères et sœurs biologiques

Tous ceux qui nous sont chers.

REMERCIEMENTS

Merci à Dr. MISAGO Aloys pour sa rigueur et sa douceur. Son encadrement nous a permis de comprendre le sens et la méthode du métier de socio-anthropologue. Le présent mémoire n'aurait pas pu voir le jour sans son concours. Il trouvera ici le témoignage de notre admiration et de notre reconnaissance.

Nos remerciements s'adressent également à tous les professeurs de Master en socio-anthropologie pour la qualité de la formation qu'ils nous ont assurée et qui a constitué une base solide pour l'élaboration de ce travail de fin d'étude.

Nous remercions les étudiantes qui ont accepté de se confier à nous. Les entrevues que vous nous avez accordées étaient instructives et riches. Nous vous remercions vivement pour l'accueil chaleureux que vous nous avez réservé et surtout pour avoir accepté de répondre à nos questions et d'apporter ainsi votre contribution en vue de mener au bon port cette recherche. Ce travail n'aurait pas vu le jour sans votre participation. Nous aurions voulu vous laisser toute la place que vous méritiez mais des directives administratives nous obligent à réduire l'espace que nous vous avions initialement accordé.

A notre père NDABIKIRIZE Paul. Nous sommes profondément touchés par votre soutien indéfectible. Nous n'oublierons jamais votre soutien depuis l'école primaire jusqu'au master. Du fond de notre cœur, nous voudrions vous dire un merci tout particulier.

Nous tenons à remercier Mr Brendan SULLIVAN pour son soutien matériel au cours de mon cursus académique et de la réalisation de ce travail.

Nous sommes également reconnaissant envers tous ceux qui ont contribué d'une façon ou d'une autre au cours de notre formation, depuis l'école primaire jusqu'à l'Université. Aux condisciples avec qui, nous avons passé un séjour agréable à l'université du Burundi.

La gestion de l'hygiène menstruelle chez les étudiantes externes de l'Université du Burundi

RESUME

Cette recherche porte sur la gestion hygiénique des menstruations telle que vécue et énoncée par les étudiantes externes de l'université du Burundi. Il est important que des chercheurs l'étudient sous différents angles. De notre part, nous avons jugé bon de nous intéresser au sujet de l'hygiène menstruelle. Au cours de notre recherche, nous avons pu identifier les facteurs qui handicapent la meilleure gestion de l'hygiène menstruelle des étudiantes externes de l'université du Burundi étant dans leur milieu d'apprentissage. Nous avons cité entre autre les installations sanitaires inadéquates, le manque de moyens pour s'acheter du matériel et des antidouleurs nécessaires, le tabou et le stigmate attachés au sang menstruel. Suite aux entretiens, nous avons remarqué que le phénomène de précarité menstruelle a un impact négatif sur la performance éducative des étudiantes. La méthodologie pour notre travail est centrée sur une démarche qualitative. Les techniques de collecte des données utilisées sont les entretiens semi-directifs et l'observation directe. Au cours de notre travail de recherche, nous avons également remarqué que le congé menstruel est accueilli de manière différente par les étudiantes pour des raisons différentes. Comme ce sujet est assez large, d'autres recherches sur les menstruations dans différents domaines pourraient finalement aider à connaitre plus la réalité et lutter contre le stigmate entourant les menstruations et éviter aux filles et aux femmes d'être victimes des inégalités d'accès à l'éducation de qualité et à la santé.

La gestion de l'hygiène menstruelle chez les étudiantes externes de l'Université du Burundi

ABSTRACT

This research focuses on the hygienic management of menstruation as experienced and stated by external students of the University of Burundi. It is important that researchers study it from different perspectives. On our part, we have seen fit to take an interest in the subject of menstrual hygiene. During our research, we were able to identify the factors that hinder the best management of menstrual hygiene of external students at the University of Burundi being in their learning environment. We cited, among other things, the inadequate sanitary facilities, the lack of means to buy the necessary equipment, the taboo and the stigma attached to menstrual blood. Following the interviews, we noticed that the phenomenon of menstrual precariousness has a negative impact on the performance of female students. The methodology for our work is centered on a qualitative approach. The data collection techniques used are semi-structured interviews and direct observation. During our research work, we also noticed that female students receive menstrual leave differently.

As this subject is quite broad, further research on menstruation in different fields could ultimately help to know more reality and fight against the stigma surrounding menstruation and to favor girls and women to escape from being victims of gender inequalities to access to quality education and health.

TABLE DES MATIERES

IDENTIFICATION DES MEMBRES DU JURY i

DEDICACES ii

REMERCIEMENTS iii

RESUME iv

ABSTRACT v

TABLE DES MATIERES vi

LISTE DES PHOTOS viii

LISTE DES SIGLES ET ABREVIATIONS ix

AVANT PROPOS x

INTRODUCTION GENERALE 1

1. JUSTIFICATION DU SUJET DE RECHERCHE. 5

1.1. Intérêt scientifique. 5

1.2. Intérêt personnel 5

1.3. Intérêt social 5

2. DELIMITATION DU SUJET **..... 6**

2.1. Délimitation spatiale 6

2.2. Période de collecte des données et de rédaction : 2022-2023 6

PREMIERE PARTIE : ETAT DES LIEUX ET METHODOLOGIE DU TRAVAIL 7

CHAP I : PROBLEMATIQUE ET METHODOLOGIE 8

I.1.Problematique 8

I.2.Objectifs de la recherche : 11

I.2.1. Objectif général de la recherche 11

I.2.2. Objectifs opérationnels 11

I.3.Méthodologie de recherche 11

I.3.1. Approche compréhensive ou méthode qualitative 12

I.3.2. Observation directe 13

I.3.3. Entretien semi-directif 13

I.3.4. Entretien téléphonique 14

I.3.5. Population d'enquête 15

I.3.6. Terrain d'enquête 16
I.3.7. Présentation de l'échantillon 16
I.3.8. Technique d'accès aux informateurs 17
CHAP II. REVUE DE L'ENSEMBLE SUR LA MENSTRUATION 18
II.1. Menstruation, un phénomène purement Physiologique. 18
II.1.1. Risque d'infections dues à une mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle 20
II.1.2. Notion d'hygiène en période menstruelle 21
II.1.3. Les différentes formes de protection 23
II.2. Gestion des déchets menstruels. 26
II.3.Le flux menstruel sous l'angle socio-culturel.……...30
II.4. Le cadre Théorique 43
DEUXIEME PARTIE : PRESENTATION DES DONNEES, ANALYSE ET DISCUSSION DES RESULTATS. 49
CHAP III : LA GESTION DE L'HYGIENE MENSTRUELLE. 50
III.1. La gestion de l'hygiène menstruelle, témoignage des répondantes. 50
III.2. La perception des règles. 53
CHAP IV : LES DEFIS ET IMPACTS DE LA GESTION DE L'HYGIENE MENSTRUELLE. 57
IV.1. Les installations sanitaires inadéquates. 57
IV.2. Le tabou attaché aux règles 62
IV.3. La pauvreté. 64
IV.4. Problème de gestion des douleurs 66
CHAP V. LE CONGE MENSTRUEL 72
V.1.Le congé menstruel comme une vraie bonne idée. 73
V.2.Le congé menstruel, un risque de stigmatisation pour la femme. 76
CONCLUSION GENERALE 85
REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES..... 87
ANNEXES 93

LISTE DES PHOTOS

Image 1. Les serviettes hygiéniques mouillées de sang jetées au coin de la toilette..... 55

Image 2. Un tas des serviettes usées jetées au coin de la latrine..... 56

Image 3. Les infrastructures sanitaires du campus Mutanga. 61

Image 4. Les robinets secs des installations sanitaires du campus Mutanga 61

Image 5: Des serviettes hygiéniques jetables déjà usées qui trimbalent aux alentours des installations sanitaires du campus mutanga 62

LISTE DES SIGLES ET ABREVIATIONS

Al. : Avec Collaborateurs

BIS : Bureau d'Ingénierie et de Service

EHA : Eau Hygiène et Assainissement

FNUAP : Fonds des Nations Unies pour la population

GHM : Gestion de l'Hygiène Menstruelle

ODD : Objectifs de Développement Durable

OMS : Organisation Mondiale de la Santé

ONU : Organisation des Nations Unies

PMA : Performance Monitoring and Accountability

SACODE : Santé Communauté et Développement

SPM : Syndrome Premenstrual

UNICEF : United Nations international children's Emergency founds

WASH: Water Assainisment Sanitation and Hygiene

WSSCC : Water Supply and Sanitation Collaborative Council

AVANT PROPOS

Le présent travail a été rédigé dans le cadre de l'obtention du diplôme de mastère en socio-anthropologie. Il étudie la gestion de l'hygiène menstruelle des étudiantes externes de l'université du Burundi.

L'idée de mener cette recherche a été motivée par le fait que la menstruation est entourée de silence, de mythes et de tabous, et fait même l'objet d'une stigmatisation. La question fondamentale était d'étudier la manière dont les étudiantes externes de l'université du Burundi vivent leurs règles étant aux enceintes de l'université. Ce sujet constitue un thème important pour la société, un thème d'actualité dans le monde en général et dans notre pays en particulier car en raison de ces défis réunis, les femmes et les filles se voient privées de certains droits humains fondamentaux, ce qui transforme un simple fait biologique en un obstacle à l'égalité des sexes.

Les résultats de la présente recherche atteints au moyen d'une démarche qualitative ainsi qu'à l'entretien semis-directif nous ont montré que les étudiantes externes rencontrent des obstacles en matière de gestion des menstruations comme les infrastructures sanitaires inadaptées, le manque de moyen, le tabou entourant les règles,… ce qui exerce un impact négatif sur leur productivité.

Lors de la réalisation de ce travail, des difficultés se sont montrées. En premier lieu, peu d'ouvrages parlent de la gestion hygiénique des menstrues au Burundi. La quasi-totalité des ouvrages et des documents trouvés sont du monde occidental. Ce problème a été contourné par une enquête de terrain et des observations qui ont permis de constater la vie menstruelle des étudiantes de l'université du Burundi. D'autres difficultés auxquelles nous avons fait face sont liées à notre population d'enquête. Puisque les règles restent un sujet tabou qui relève de la sexualité, certaines étudiantes ont refusé l'entretient en disant que ça relève de l'indiscipline.

La gestion de l'hygiène menstruelle chez les étudiantes externes de l'Université du Burundi

INTRODUCTION GENERALE

Les questions de la santé et de l'hygiène ont toujours été au centre des préoccupations de l'être humain depuis son existence. Parmi ces questions figure celle de l'hygiène menstruelle des filles et femmes car la bonne gestion hygiénique des menstrues est primordiale non seulement pour s'assurer la bonne santé mais également pour combler leurs droits à l'éducation, au travail et au bien être quotidien.

Etant un phénomène biologique normal qui symbolise la vie, chaque femme et fille en âge de procréer a ses règles chaque mois et doit régulièrement s'en occuper pour assurer une bonne hygiène. Néanmoins, les menstruations demeurent un tabou et sont entourées des mythes et font objet de stigmatisation et symbolise l'impureté et l'exclusion dans l'environnement social féminin ce qui engendre la transgression de leurs droits et renforce les inégalités

Dans la pensée religieuse de l'ethnie dogon au Mali, une femme qui a ses règles doit quitter sa maison, éteindre son feu de cuisine, laisser là les outils quotidiens du ménage, pour aller habiter, en bordure du village, dans la « maison des femmes en règles ». Pendant la semaine (de cinq jours) où elle y restera, l'accès au village lui est absolument interdit (Danouta : 1989 pge10)

La répulsion que subissent les femmes ou les filles en période menstruelle se manifeste également dans plusieurs croyances y compris les saintes écritures des grandes religions comme le Christianisme et l'Islam : « Quand une femme aura un flux, son flux de sang dans sa chair, restera sept jours dans son impureté. Quiconque la touchera sera impur jusqu'au soir. » (Lévitique, XV, 19).

Dans la religion musulmane, les femmes en période menstruelle n'ont pas droits au culte, aux sanctuaires, au jeûne mais également aux relations conjugale avec leurs maris : « Et ils t'interrogent sur la menstruation des femmes. Dis : C'est un mal. Eloignez-vous donc des femmes pendant les menstrues, et ne les approchez que quand elles sont pures… » (Coran II, 222).

En effet, les règles sont souvent couvertes d'un voile de négativité et de rejet que ce soit de la part des hommes ou de celle des femmes et filles réglées. Certains sont même convaincus que la femme ou fille en période menstruelle est atteinte d'une maladie honteuse et qu'il ne faut pas oser en parler à qui que ce soit.

La gestion de l'hygiène menstruelle chez les étudiantes externes de l'Université du Burundi

« Il faut cacher ses règles, il faut que le moins de personnes autour de nous soient au courant qu'on les a, et il ne faut surtout pas en parler » (Packer, 2017 :19). Ou encore « Il ne fallait pas en parler et encore moins laisser voir la moindre trace de ce que l'on considérait alors comme une maladie inhérente au beau sexe » (Marchand, 2012, p.69).

Ces représentations sociales du sang menstruel conduisent à l'ignorance du phénomène purement biologique notamment en milieux scolaire où l'on devrait impérativement disposer des infrastructures adéquates favorisant la gestion hygiénique des menstrues , c'est-à-dire un endroit sécurisé, propres, efficaces et permettant le remplacement des protections hygiéniques, bien approvisionné en eau potable, savon, lumière et poubelle.

Depuis 2014, la communauté internationale célèbre chaque 28 mai, une journée mondiale consacrée à la sante et l'hygiène menstruelle. Cette journée a pour but de donner un clin d'œil aux décideurs pour améliorer les infrastructures sanitaires en milieu scolaire afin que les règles ne soient plus un frein à la scolarisation équitable aux filles et aux garçons.

Avec le temps, cette date est devenu l'occasion d'aborder les enjeux larges concernant la sante menstruelle dans son ensemble.

Au Burundi, la question de l'hygiène menstruelle est un phénomène qui est de plus en plus mis en lumière très récemment et connait très peu de recherches dans ce pays dont les conditions de vie semblent précaires. Certaines organisations soit gouvernementales ou non gouvernementales agissent fortement pour aider les femmes et les filles Burundaise à vivre leurs règles sans stigmatisation, et par conséquent fortifier leur émancipation et leur éducation.

La SaCoDé à travers ses projets intitulés Agateka et Inyenyeri fournit des formations en rapport avec l'hygiène menstruelle et offre des serviettes hygiéniques réutilisables notamment en milieu scolaire pour que les femmes et les filles puissent gérer leurs menstrues en pleine dignité[1].

Le 28 Mai de chaque année, ces organisations organisent des séances d'échange où elles mettent en évidence que l'inégalité en matière d'hygiène menstruelle règne encore dans notre pays et naisse de nombreuses causes, telles qu'un manque d'information sur la menstruation,

[1] https://share-net-burundi.org/tag/sacode-agateka-serviette-hygienique-femmes-filles/

Consulté le 4/8/2022 à 15h

des infrastructures d'assainissement inadéquates et le fait que les produits d'hygiène menstruelle sont d'un prix inabordable.

La précarité menstruelle englobe aussi des problèmes socio-culturels comme la stigmatisation, l'exclusion, le rejet, la discrimination dus aux mythes et au tabou entourant les menstruations ce qui renforce la transgression du droit des filles et femmes en général. Les questions liées à la menstruation ainsi que la prévention des maladies infectieuses liées à la mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle sont la plupart des fois exploitées par des recherches d'empreinte médicale. Aucune recherche qualitative ne s'est intéressée jusqu'ici aux logiques sociales qui structurent les expériences vécues et le besoin des filles en matière de gestion de l'hygiène menstruelle.

Ce travail a pour but de présenter les résultats d'une recherche qualitative sur la façon dont les étudiantes externes de l'université du Burundi vivent leur cycle menstruel dans le cadre de leurs activités académiques. Pour aborder la question des menstruations, la perspective physiologique et la perspective symbolique seront abordées dans ce travail de recherche. L'approche physiologique donne une première définition de ce que sont les menstruations et de la manière dont elles peuvent être gérées en respectant les conditions d'hygiène et de l'environnement selon différents auteurs.

L'approche physiologique va analyser les menstruations comme un phénomène physiologique normal de la femme ou la fille mais également qui est soumis à des représentations différentes selon les sociétés.

L'approche symbolique va mettre en évidence certaines représentations sociales qui entourent les règles que ce soient à travers les textes religieux mais également à travers les croyances locales qui se transmettent de génération en génération et qui mettent en difficulté quelques fois la gestion intime des menstrues des femmes et filles . D'où alors le stigmate d'Ervin Goffman, peut nous servir à comprendre comment les étudiantes de l'université du Burundi vivent leurs règles et comment cela peut impacter sur leur performance académique.

Pour ce fait, le présent travail s'articule sur deux parties de cinq chapitres. La première partie revient sur la construction de l'objet du sujet de la recherche, ainsi que la revue de la littérature.

Le chapitre premier de la première partie concerne la problématique et la méthodologie de recherche. Dans le présent chapitre, nous voyons les méthodes de terrain mises en œuvre pour accéder aux informateurs et collecter les données d'une manière empirique.

Dans le second chapitre, nous effectuons la lecture des publications de différents auteurs qui nous pousseront à comprendre mieux le phénomène de menstruation du point de vu biologique ainsi que socioculturel. Ce chapitre nous présente également les outils nécessaires pour une bonne hygiène que ce soit du corps de la femme ou de l'environnement lors de la gestion de l'hygiène menstruelle.

La deuxième partie comporte le troisième chapitre consistant à la présentation des sujets rencontrés sur terrain, analyse des données et l'interprétation des résultats. Par une analyse approfondie et comparative des expériences des enquêtées, cette partie est capable de dégager le gros des éléments principaux de la recherche. Il s'agit entre autres l'expérience menstruelle et ses barrières, tels que la gestion des douleurs, l'état des infrastructures sanitaires, la pauvreté, le tabou qui entoure les règles. Cette partie présente également à travers ses chapitres l'impact de la précarité menstruelle sur la performance éducative des étudiantes externes de l'université du Burundi. Nous y rencontrons également des avis divergents sur l'idée du congé menstruel.

Ce travail se termine par une conclusion générale. Elle rappelle la question de recherche qui a servi de fil conducteur le long de la recherche. Puis, elle rappelle les résultats obtenus qui, d'une façon ou d'une autre démontrent les objectifs de la recherche. En plus, la conclusion générale présente les limites expérimentées lors de notre séjour sur le terrain d'enquête comme la réticence de certains informateurs, le refus d'entretenir une conversation, ce qui démontre que notre sujet de recherche reste encore tabou malgré sa pertinence. Cette conclusion présente également des nouvelles questions suscitées par l'expérience du terrain pour favoriser d'autres recherches ultérieures.

1. JUSTIFICATION DU SUJET DE RECHERCHE.

1.1. Intérêt scientifique.

La littérature montre que le phénomène de « menstruations » n'a pas été exploité suffisamment au Burundi. Les études antérieures le traitent sous l'angle médical. Par contre, l'anthropologie de la santé qui est une branche de l'anthropologie sociale qui étudie les croyances, rituels, les fondements culturels ainsi que les pratiques relatifs à la santé et à la variation biologique chez l'homme sera d'une grande utilité dans la compréhension des représentations et des stéréotypes qui circulent au tour des menstruations. L'intérêt scientifique alors peut s'entendre comme apport que l'étude d'un fait social donné va ajouter à la science. Dans ce cadre, l'intérêt scientifique de ce sujet de recherche repose sur le fait qu'il se veut une contribution à la problématique portant sur la situation de la gestion de l'hygiène menstruelle au Burundi. Mais également, comme il y a peu d'études sur ce thème au Burundi, cette dernière peut contribuer de référence pour ceux qui voudront approfondir cette recherche.

1.2. Intérêt personnel

Notre intérêt le plus important est que nous estimions nous détacher du sens commun ou des prénotions que nous avions accumulées à propos des menstruations mais également à propos des filles soupçonnées avoir des menstrues lorsque nous étions élève à l'école secondaire.

1.3. Intérêt social

Il est donc nécessaire d'étudier ce sujet en profondeur surtout en milieu académique pour interpeler les décideurs et leur fournir des outils dont ils ont besoins pour agir efficacement et mieux prévoir l'évolution de notre environnement social. Nous serions comblé de joie le jour où les programmes de l'Etat en matière de l'eau et de l'assainissement prendrons en compte de l'hygiène menstruelle des filles et femmes et que le rejet et les risques d'infections que connaissent ces dernières étant en période menstruelle seront éradiqués grâce à nos propos les plus convaincants.

2. DELIMITATION DU SUJET

Délimiter son sujet en sciences sociales apparait comme une condition indispensable dans la recherche scientifique. Il nous faut préciser l'endroit ainsi que la durée limitée de notre travail de recherche car nous ne pouvons pas parcourir partout ou passer tout le temps sur terrain. C'est dans cette perspective qu'Harold Garfinkel le fondateur de l'ethnométhodologie ajoute ceci : « Comme personne ne peut passer une éternité à faire ses recherches, il faut trouver des raccourcis, et ces raccourcis entrainent systématiquement des violations de la manière dont une recherche doit être menée» (Harold Garfinkel, cité par Becker. H., 2002, p.130).

Ainsi donc notre sujet de recherche est délimité du point de vu spéciale ainsi que temporel.

2.1. Délimitation spatiale

L'étude a été faite à l'Université du Burundi, campus Mutanga situé en commune urbaine de Mukaza en Mairie de Bujumbura.

2.2. Période de collecte des données et de rédaction : 2022-2023

L'année académique 2022-2023 est une année prise comme référence car c'est au cours de cette dernière que nous avons commencé à penser sur ce sujet après avoir remarqué des cris d'alerte de certains journaux locaux comme IWACU par exemple qui annonçait que la question de l'hygiène en général au sein de Rumuri devient de plus en plus difficile : « les installations hygiéniques sont d'une telle saleté que certains occupants préfèrent faire leurs besoins en dehors du site universitaire. Certaines latrines sont répugnantes. A l'approche de celles-ci, une forte odeur nauséabonde avertit tout visiteur. A l'intérieur, des flaques d'eau dans les sanitaires déjà abandonnés, des portes qui ne tiennent plus sur les cadres, des toilettes à siège sur le point d'être bouchées, etc. Des douches et toilettes ont déjà d'ailleurs été fermées » (IWACU, 2022).

C'est à ce moment que nous avons eu l'engouement de faire une observation attentive au sein des infrastructures sanitaires pour constater ce phénomène et la réalité trouvée nous a poussés à penser en particulier sur l'hygiène menstruelle notamment des étudiantes externes car ces dernières passent plus de huit heures aux enceintes de l'université sans avoir accès aux homes et aux douches universitaires et certaines d'entre elles ne rentrent pas chez elles pendant le moment de la pause car elles vivent loin du campus.

PREMIERE PARTIE : ETAT DES LIEUX ET METHODOLOGIE DU TRAVAIL

CHAP I : PROBLEMATIQUE ET METHODOLOGIE.

Ce chapitre se structure autour de trois points principaux. Dans un premier temps, il présente l'état de la question de la gestion de l'hygiène menstruelle au Burundi en général et à l'université du Burundi en particulier, qui va nous amener à poser notre question de recherche, suivie des objectifs qui orientent ce travail. Le deuxième point concerne la démarche méthodologique, dans laquelle nous présentons les techniques de recueil d'information et d'analyse des résultats. .

I.1.problematique

Dans notre société, les pratiques reliées à la gestion des menstruations s'inscrivent nettement dans la transmission de connaissances rattachées à l'hygiène.

Il est donc évident que l'eau, l'hygiène et l'assainissement(EHA) sont des éléments centraux constituant la colonne vertébrale de la gestion hygiénique des menstrues et qui ont été depuis la nuit des temps des questions ignorées par les décideurs surtout dans les pays en voie du développement. Cela handicape le taux d'avancement des jeunes filles et femmes dans plusieurs domaines notamment celui de la santé et l'éducation. La GHM concerne selon l'OMS et de l'UNICEF(2014) l'utilisation du matériel propre pour l'absorption du sang menstruel qui peut être changé en toute intimité aussi souvent que nécessaire pendant la durée des menstruations ,utilisation du savon et de l'eau potable pour se laver le corps selon le besoin et avoir accès à des installations pour déposer le matériel de gestion des menstruations utilisé.

Dans cette perspective, l'échec de répondre aux besoins des femmes et des filles en matière d'hygiène menstruelle entraine des conséquences néfastes pour l'hygiène de base, la santé et le bien-être mais également ralentit le progrès pour atteindre l'Objectif de Développent Durable (ODD), l'équité sur le genre et la dignité pour tous.

La difficulté d'accéder aux produits de protection ou à des endroits sûrs pour changer leurs serviettes hygiéniques peut avoir un impact sur la vie quotidienne de la femme au sein de la communauté.

Selon l'étude réalisée par l'UNICEF en 2018 sur l'état des connaissances, perceptions et pratiques des hommes, des garçons ainsi que des femmes et des filles en matière de Gestion de l'Hygiène Menstruelle (GHM) en République Démocratique du Congo, les filles sont souvent marginalisées par la société lorsqu'elles ont leurs règles.

Les filles ont généralement honte d'avoir leurs règles. La société fait pression pour que la fille se cache lors de ses règles et ses activités sont réduites. La fille elle-même ne veut pas sortir de la maison par peur du regard des autres, des moqueries, et de se retrouver dans l'embarras.

Selon ce rapport de l'UNICEF, certaines filles et femmes manquent des moyens financiers pour s'acheter des serviettes ou des antidouleurs lorsqu'elles se sentent très mal, d'autres sont mal à l'aise à cause des conceptions négatives accordées aux menstrues par notre environnement social.

Selon la première dame S.E Angeline Ndayishimiye dans une émission spéciale animée le 16/3/2022 sous un thème intitulé "Tous ensemble pour briser les tabous en faveur de l'hygiène menstruelle", la menstruation est un sujet qui reste toujours tabou dans la culture burundaise. Les filles et les femmes en période menstruelle ont toujours des barrières liées au passé comme quoi une fille ou femme qui était dans cette période ne pouvait pas approcher les vaches, faire la vaisselle ou bien même approcher les autres. Elle devait rester seule, cachée et assise dans l'arrière court, dans ce qu'on appelait "Akanogo" ou trou[2].

Sur le plan scolaire, le manque des infrastructures sanitaires adéquates pouvant permettre la bonne gestion d'hygiène au niveau des écoles que ce soit secondaire ou supérieures conduit les jeunes filles et femmes en situation de règles à quitter les cours pour se rendre à leur domicile pour retrouver des toilettes intimes en cas de besoin.

Selon l'étude menée par le cabinet Bureau d'Ingénierie et de Services (BIS Afrique, 2017) au Togo, Certaines filles ne participent plus activement au cours pendant leurs périodes de menstruation. Elles se sentent mal à l'aise pendant ces périodes. Enfin, certaines filles abandonnent carrément les classes pour des raisons liées à la gestion de l'hygiène menstruelle.

Au Burundi, le journal IWACU a dénoncé en 2019 que plus de 500.000 filles en milieu scolaire au niveau national n'ont pas accès aux serviettes hygiéniques pendant leurs menstruations, certaines filles font recours aux morceaux de matelas, de tissus, des feuilles de bananes…faute de moyens pour s'acheter des serviettes[3].

---

[2] https://www.presidence.gov.bi/2022/05/19/la-premiere-dame-du-burundi-prend-linitiative-de-parler-pour-briser-les-tabous-en-faveur-de-la-bonne-gestion-de-lhygiene-menstruelle/ : Consulté le 16/8/2022 à 11h00

[3] https://www.iwacu-burundi.org/hygiene-menstruelle-assez-les-tissus-et-autres-bouts-de-matelas/ : Consulté le 16/8/2022 à 16h00

Dans son projet Agateka kw'ishure datant de 2016, SaCoDé nous met au courant que 80% des filles et femmes Burundaises ne peuvent pas s'acheter des serviettes hygiéniques tous les mois. Et par conséquent, elles ne peuvent pas gérer leurs règles avec la normalité et dignité, elles ratent beaucoup en termes d'éducation[4]. Du coté WASH (Eau, Assainissement et Hygiène), de nombreuses écoles et universités disposent des infrastructures sanitaires insécurisées et de mauvaises conditions d'hygiène c'est à dire sans portes, sans eau potable, sans lavabo ni savon à l'Université du Burundi, le problème lié à l'hygiène s'observe notamment dans les sanitaires des amphithéâtres du campus Mutanga où les coupures d'eau sont fréquentes et certains robinets ne sont plus fonctionnels .Il n'y a pas des espaces pour se changer, ni de savons pour se laver les mains, et les portes des sanitaires ne sont pas fermées à clé pour assurer une gestion intime de l'hygiène. On y observe également des essaims des mouches, des larves, des bouteilles en plastique salles et nauséabondes, des tas des papiers et des serviettes hygiéniques déjà utilisées et jetées aux coins. Ce phénomène conduit les étudiantes à être dans une situation d'insécurité car cet endroit ne dispose pas des outils nécessaires en matière de gestion de l'hygiène menstruelle elles sont exposées aux maladies infectieuses.

Néanmoins, les étudiantes externes qui se présentent aux cours sont obligées d'y rester pendant plus de dix heures car la durée de la pause qu'elles obtiennent est minime et ne leur permet pas d'aller se changer chez elles pour revenir au cours. Cette situation problématique nous suscite une question centrale qui est la suivante :

Comment les étudiantes externes de l'université du Burundi vivent-elles leur cycle menstruel, et plus particulièrement leurs règles, étant dans leur milieu d'apprentissage?

Au cours de ce travail, d'autres interrogations ont complété notre problématique juste dans le but d'enrichir la recherche .Ce sont des questions spécifiques.

▪ S'agissant de l'expérience personnelle, à quoi correspond la gestion de l'hygiène menstruelle et quelle sens chacune des répondantes donne –t-elle aux règles ?

▪ Quelles barrières rencontrent-t-elles en cas d'intervention possible en matière de GHM en milieu académique et comment cela peut-il exercer un effet sur la performance éducative des étudiantes ?

[4] https://www.sacode.org/agateka-en : consulté le 5/09/2022 a 20h30

▪ Quels sont les avis des étudiantes externes du campus Mutanga sur la pertinence du conge menstruel ?

I.2.Objectifs de la recherche :

I.2.1. Objectif général de la recherche

Décrire et analyser la manière dont les étudiantes externes du campus Mutanga vivent leurs règles étant dans leur milieu d'apprentissage.

I.2.2. Objectifs opérationnels

De façon spécifique, l'étude vise à :

−Comprendre le sens de la réalité menstruelle selon chaque participante à la recherche ;

−Trouver les défis dont rencontrent ces étudiantes en cas de gestion de leurs menstrues étant aux enceintes du campus Mutanga ;

−Analyser comment la gestion de l'hygiène menstruelle impacte sur la performance éducative des étudiantes de l'université Burundi;

−Collecter et analyser les avis des étudiantes externes du campus Mutanga sur la pertinence du congé menstruel

I.3.Méthodologie de recherche

La méthode est une partie inhérente rendant accessible la réalité à saisir. Elle nous oblige des manières concrètes d'organiser et d'opérer notre recherche. La méthode est constituée de l'ensemble des opérations intellectuelles par lesquelles une discipline cherche à atteindre des vérités qu'elle poursuit, démontre et vérifie (Grawitz, 1993 :301).

Comme l'affirme également Luc Van Campenhoudt et al. Dans Manuel de recherche en sciences sociales (2017 :17), « La recherche en sciences sociales suit une démarche analogue à celle du chercheur de pétrole. Ce n'est pas en forant n'importe où que celui-ci trouvera ce qu'il cherche ». Cela veut dire que dans un programme de recherche on ne s'improvise pas mais on doit maitre en application des procédures élaborées. Cette démarche nécessite le concours de nombreuses compétences différentes.

I.3.1. Approche compréhensive ou méthode qualitative

Pour Pierre PAILLE et Alex MUCCHIELLI (2016 :13), L'enquête est dite qualitative pour deux raisons : D'abord, dans le sens que les instruments et méthodes utilisés sont conçus d'une part pour recueillir des données qualitatives (témoignages, notes de terrains, images vidéo, etc), d'autre part, pour analyser ces données de manière qualitative (c'est-à-dire en extraire le sens plutôt que les transformer en pourcentages ou en statistiques).

Comme l'affirme Friedrich, La recherche qualitative accroît notre compréhension de tout phénomène social dont nous ne savons guère de choses ou corrige notre connaissance de phénomènes sociaux rependus mais non expliqués avec précision (Friedrich E-S., 2016 :24).

Ceci veut dire que le chercheur prend au sérieux les compétences et les motivations internes des acteurs sujets de recherche. Cette approche priorise des connaissances ésotériques et repose sur la conviction forte que seules les interviewés ont des choses nouveaux à révéler au chercheur. La méthode qualitative nous permet alors d'accéder aux informations riches et nuancées. Elle permet également d'obtenir des informations approfondies car elle accorde la liberté aux informateurs de s'exprimer ouvertement.

Ainsi, pour notre travail de recherche, nous avons l'intention de découvrir et divulguer la manière dont les étudiantes externes de l'Université du Burundi procèdent en matière de gestion de l'hygiène menstruelle. Cette méthode nous permettra de mieux recueillir les données car les informateurs auront vraiment l'occasion de s'exprimer ouvertement sur ce sujet. Ainsi, étant donné que l'objet d'étude de notre recherche se base sur la description de la gestion de l'hygiène menstruelle chez les étudiantes externes campus Mutanga, seul le travail ethnographique dans le cadre d'une méthodologie qualitative nous permet de réaliser une étude descriptive et explicative de la mise en œuvre des pratiques de gestion d'hygiène menstruelle. Pour la méthode qualitative, l'accent particulier est mis donc sur la qualité de l'information plutôt que sur la quantité. Une observation, même unique peut contenir énormément de la valeur et de sens si elle permet de dégager un modèle ou un élément de compréhension d'un phénomène. Ainsi donc, dans cette approche, ce n'est ni la quantification ni le comptage, mais plutôt la qualité des données qui sera envisagée. Cette méthode alors a été jugée adéquate à notre recherche car chacun de mes informateurs sera guidé d'une manière semi directive et aura une liberté de s'exprimer suffisamment sur chaque question posée et selon sa manière de comprendre les choses.

I.3.2. Observation directe

L'observation est une technique fréquemment utilisée pour mener une étude qualitative. Elle permet de recueillir des données verbales et surtout non verbales. Cette technique propose à l'enquêteur de décrire beaucoup plus des comportements, des situations et des faits d'un individu plutôt que ses déclarations. Les sciences sociales sont des disciplines d'observation de la vie sociale. L'observation directe par le chercheur présent dans la situation étudiée est celle qui, a priori, permet de saisir le mieux la réalité des pratiques, sans avoir à redouter de recueillir des récits d'acteurs suspects de sélectivité ou de reconstruction de la réalité. L'observation directe implique de la part du chercheur une immersion totale dans son terrain, pour tenter d'en saisir toute subtilité, au risque de manque de recul et de perdre en objectivité. Cette technique offre la possibilité d'aller observer les acteurs en situation et de saisir en temps réel les pratiques sociales (Arborio, 2021 : 27)

Notre présente étude s'intitule : La gestion de l'hygiène menstruelle chez les étudiantes externes de l'université du Burundi. Voyant que les entretiens seuls ne peuvent pas suffire pour découvrir la réalité sur ce sujet, nous nous sommes donnés la peine de nous rendre aux lieux d'aisance des étudiantes pour observer nous-mêmes comment la situation hygiénique se présente. Notre observation n'est pas seulement focalisée sur ce qui est visible à l' œil, entre autres l'état des infrastructures sanitaires, la quantité d'eau disponible, l'évacuation des déchets, le système de collecte des serviettes déjà usées,… mais également nous avons senti l'odeur de l'endroit ainsi que les attitudes dont les étudiants et étudiantes manifestent étant dans cet endroit.

I.3.3. Entretien semi-directif

Les méthodes d'entretien sous leurs différentes formes, se distinguent par la mise en œuvre des processus fondateurs de communication et d'interaction humaine. Correctement mis en valeur, ces processus permettent au chercheur de retirer des entretiens des informations et des éléments de réflexion très riches. A l'inverse de l'enquête par questionnaire, les méthodes d'entretien se caractérisent par un contact direct entre le chercheur et ses interlocuteurs et par une faible directivité de sa part. Ainsi s'instaure en principe un véritable échange au cours duquel l'interlocuteur du chercheur exprime ses perceptions d'un évènement ou d'une situation, ses interprétations ou ses expériences, tandis que par ses questions ouvertes et ses réactions, le chercheur facilite cette expression, évite qu'elle s'éloigne des objectifs de la recherche et permet à son vis-à-vis d'accéder à un degré maximum d'authenticité et de profondeur (Raymond et Campenhoudt, 1988 :184).

Cet entretien consiste en une interaction verbale animée de façon souple par le chercheur à sa propre demande. Le chercheur adopte le ton de conversation et aborde avec l'interviewé, les thèmes généraux sur lesquelles il veut recevoir les réponses.

La technique d'enquête par entretien semi directif est une technique largement utilisée. Il s'agit d'une technique qui privilégie du face à face (interaction interpersonnelle liant l'interviewé et le chercheur) et qui met l'accent sur certain nombre de question préparées à l'avance dans un guide d'entretien par le chercheur et auxquelles l'enquêté est prié de répondre.

Pour notre recherche nous sommes vivement intéressés par l'entretien semi-directif. Il est semi-directif en ce sens qu'il n'est ni entièrement ouvert, ni canalisé par un grand nombre de questions précises. Nous serons munis d'une série de questions-guides, relativement ouvertes, à propos desquelles, nous allons recevoir des informations en provenance de l'enquêté.

Au sujet de notre travail, l'entretien semi–directifs nous permettra d'accéder à des informations assez profondes en matière de la gestion de l'hygiène menstruelle en milieu académique.

Les lieux des interviews seront choisis en fonction des caractéristiques d'accessibilité par les enquêtés et le calme. Tous ces efforts seront conjugués pour ne pas non seulement embêter les informateurs et par conséquent biaiser les informations, mais également pour que l'enquêté se sente plus confortable et à l'abri des critiques inutiles en provenance de ses convainques. Grosso modo, l'empathie et le respect vont caractériser nos études.

I.3.4. Entretien téléphonique

Contrairement à l'entretien semi directif qui se déroule impérativement en face à face, l'entretien par téléphone est aussi une technique qualitative de collecte d'informations permettant de comprendre les phénomènes et d'avancer dans l'activité de recherche. Au cours de cet entretien, l'enquêté interrogé autour du thème qui est défini préalablement et bien consigné répons sans doute via un appel téléphonique ou par message.

Etant donné que nous aurions à faire a des sujets d'enquête qui gardent toujours les traces de la tradition et par conséquent pouvant avoir honte du sujet supposé comme tabou dans la tradition burundaise, l'entretien à distance a été également efficace car ce dernier ne nécessite pas la présence physique de l'individu et pourra assurer le confort du répondant.

L'entretien semi directif sera alors complété par des entretiens téléphoniques via whatsApp (message, audio, appel). Les appels seront transcrits dans le carnet de bord par après.

Pour tous ce qui précédent, les répondantes sont invitées à donner leurs points de vue sur leurs expériences en matière de gestion de l'hygiène menstruelle étant aux enceintes de l'Université, à raconter également des barrières pouvant handicaper cette pratique intime du monde féminin mais également des conséquences que cette activité peut exercer sur leur présence et leur performance académique. Nous vous informons également que tous ces entretiens sont réalisés en langue locale, le Kirundi et sont traduits au moment de la transcription des données collectées. Les entretiens seront déroulés dans un contexte respectueux et de confidentialité.

I.3.5. Population d'enquête

Le choix des interviewés lors de la réalisation d'une recherche n'est pas anodin. Comme le dit Mongeau (2008 : 85), « Le choix du cas est déterminé en fonction de son intérêt intrinsèque, de son aspect unique ou de sa représentativité et de son aspect typique eu égard à notre question de recherche.» Dans le cadre des entretiens, les étudiantes externes du campus Mutanga sont nos principales enquêtées. Nous avons également enquêté un étudiant de sexe masculin pour respecter le principe de diversité à la démarche qualitative.

Le campus compte un nombre assez important des personnes dont les conditions de vie nécessitent impérativement la production des déchets. Ce petit tableau ci-dessous montre les effectifs des étudiants inscrits au cours et au rôle des années académiques 2020-2021, 2021-2022 et 2022-2023 au campus Mutanga.

FACULTES	A/A								
	2020-2021			2021-2022			2022-2023		
	H	F	T	H	F	T	H	F	T
DROIT	432	122	554	552	209	761	675	105	780
FLSH	1944	667	2611	1597	594	2191	1273	474	1747
FSEG	715	536	1251	519	365	884	442	347	789
SCIENCES	540	178	718	586	219	805	577	274	851
TOTAL	3631	1503	5134	3254	1387	4641	2967	1200	4167

Source : Cellule informatique de l'UB.

I.3.6. Terrain d'enquête

Le terrain et l'objet empirique sont indissociables dans la recherche en sciences sociales. Sans terrain nous ne pouvons pas nous rendre compte de la réalité de notre sujet.

La recherche en sciences sociales suit une démarche analogue à celle du chercheur de pétrole. Ce n'est pas en forant n'importe où que celui-ci trouvera ce qu'il cherche. Au contraire, le succès d'un programme de recherche pétrolière dépend de la démarche suivie. Etude de terrain d'abord, forage ensuite (Campenhoudt et Raymond 2011 : 7)

Notre enquête va se dérouler à l'université du Burundi précisément au campus Mutanga situé dans la commune Mukaza en mairie de Bujumbura.

Le choix de cet endroit n'est pas le fruit du hasard. Au-delà des facteurs écologiques et logistiques qui nous ont poussés de ne pas dépasser ces limites, il s'ajoute d'autres facteurs comme le fait que ce campus soit le centre de tous les autres campus issus de l'université du Burundi. La volonté aussi de délimiter l'objet d'étude est de ne pas perdre le temps et dépenser beaucoup d'énergie ce qui peut par conséquent biaiser les données. Ce terrain est alors choisi dans le but d'avoir des données capables à répondre à nos objectifs.

I.3.7. Présentation de l'échantillon

Pour ce travail de recherche, treize étudiants dont douze filles composent l'échantillon. Ils ont entre 18 et 27 ans. Tous ces étudiants sont externes et ils habitent dans différents quartiers de la Mairie de Bujumbura. Six étudiants dont un garçon sont de la Faculté des Lettres et Sciences Humaines, cinq sont de la Faculté des Sciences Economiques et 2 de la Faculté des droits. Afin de garantir l'anonymat, l'ensemble des noms ont été codifiés. Une des étudiantes participant à la recherche est une fille- mère, huit sont en couple et quatre autres dont un garçon sont libres.

Répartition des enquêtées par Faculté

FACULTES	PERSONNES INTERVIWEES
Faculté des Lettres et Sciences Humaines	6
Faculté des Sciences Politiques et Juridiques	2
Faculté des Sciences Economiques et de Gestion	5

I.3.8. Technique d'accès aux informateurs

Selon ALVARO Pires, ce qu'on appelle un « échantillon par effets boule de neige » désigne souvent une façon de constituer l'échantillon par homogénéisation.

Cette technique est très utile si l'accès aux données est difficile ou si le matériel concerne des données cachées ou qui relèvent de l'intimité.

Motivé par tous ces critères, nous avons remarqué que la seule technique d'échantillonnage qui puisse nous aider à avoir accès aux informateurs est celle de boule de neige car la question de santé menstruelle relève de la sexualité et est considérée comme tabou dans la perception sociale de certains Burundais, ce qui le fait inclure dans les sujets intimes.

Grâce à un premier informateur ou à une personne-ressource, le chercheur trouve l'accès au prochain, procédant ainsi par contacts successifs. Dans ce cas, on doit réfléchir a posteriori sur la portée et les limites de l'échantillon pour adapter l'objet et les propos aux informations auxquelles on a pu avoir accès (Alvaro, 1997 :72)

Les réponses obtenues étant satisfaisantes, c'est-à-dire lorsque l'ajout d'autres sources n'apporte plus du plus valu, nous avons cessé l'interview car les informations obtenues étaient assez profondes en matière de la gestion de l'hygiène menstruelle en milieu académique. C'est le principe de saturation[5]

[5] La saturation empirique désigne le phénomène par lequel le chercheur juge que les derniers documents, entrevues ou observations n'apportent plus d'informations suffisamment nouvelles ou différentes pour justifier une augmentation du matériel empirique. Trouvant ses racines dans l'induction analytique, le phénomène se traduit par l'idée que, si l'analyse d'un groupe des données est bien faite, nous n'avons plus rien d'important à apprendre sur le groupe que ces données concernent par une accumulation supplémentaire de données appartenant au même groupe.

CHAP II. REVUE DE L'ENSEMBLE SUR LA MENSTRUATION

II.1. Menstruation, un phénomène purement Physiologique.

Etant un phénomène biologique normal, le cycle menstruel est une série de changements que subit le corps de la femme en âge de procréer en préparation à une éventuelle grossesse. Chaque mois, les ovaires libèrent un ovule lors d'une ovulation.

Lorsque l'ovule n'est pas fécondé par le sperme de l'homme, le revêtement de l'utérus s'écoule par le vagin, c'est le sang menstruel. Le cycle menstruel est généralement d'environ 28 jours mais peut varier de 21 à 35 jours.

Chaque cycle implique la libération d'un ovule (ovulation) qui se déplace dans l'utérus par les trompes de Fallope. Les tissus et le sang commencent à tapisser les parois de l'utérus pour la fécondation[6]

Si l'ovule n'est pas fécondé, la muqueuse de l'utérus est évacuée par le vagin avec le sang. Le saignement dure généralement entre deux et sept jours, avec quelques jours de flux plus légers et quelques jours de flux plus abondants. Le cycle est souvent irrégulier pendant la première année ou deux après le début des menstruations[7]

Pour Manuila et al (1981 :728), Le cycle menstruel est un ensemble des modifications périodiques des muqueuses vagino-uterines chez la femme, entre puberté et ménopause. Ce cycle s'ouvre par une phase de repos de douze jours, pendant laquelle la muqueuse est recouverte d'un épithélium cylindrique strié qui se continue par les glandes en tubes plongeant dans un abondant tissu conjonctif. Cette phase succède une phase de prolifération de deux jours, au cours de laquelle la muqueuse s'épaissit considérablement. Puis vient la phase

[6] HOUSE S. & al., menstrual hygiene matters: a resource for improving menstrual hygiene around the world, 2012,p.24

[7] Ibidem.

prémenstruelle, qui dure huit jours [...], suit la phase de menstruation ou de destruction qui dure quatre ou cinq jours.

Lorsque l'on s'appuie sur la littérature scientifique du point de vue médical, Winckler, médecin essayiste cité par Bœuf (2008, p.27 ;2020:13) , nous propose une définition qui englobe tout sur la menstruation : « Il s'agit donc d'un écoulement de sang vaginal qu'une femme « en âge de procréer » (c'est-à-dire entre la puberté et la ménopause) a périodiquement […], chaque mois, 14 jours après l'ovulation, à la fin du cycle menstruel, quand elle n'est pas enceinte .Depuis des années, le sang menstruel reste considéré comme une maladie compte tenu des symptômes douloureux qui se manifestent lors de la période d'avant les menstrues (prémenstruel) ou pendant les menstrues proprement dites pour certaines femmes ou filles en âge de procréer, mais également ce phénomène est attribué au symbole de la vie, et de la maternité.

Si le cycle n'apparait plus alors que la femme ou la fille n'est pas enceinte, allaitante ou en période de la ménopause, cette absence donnera l'image de la stérilité ou bien la fin de la vie féconde. En suivant le raisonnement d'Anaïs Bohuon, l'utilisation du terme règles pour designer la menstruation est très significative: « il régule et gère l'organisme féminin destiné à enfanter. Sans lui, la femme est «déréglée», elle n'est donc plus femme à part entière » [8].

Cet auteur qui étudie la pratique physique et sportive féminin à l'aube du XX[e] siècle nous dit que depuis cette époque, la très grande majorité des médecins n'interdisent plus certaines pratiques mais essaient de les autoriser et ne cessent pas d'expliquer la normalité des menstruations dans la vie quotidienne de la femme : « le flux menstruel est naturel et donc nécessaire à la bonne santé physique et psychique de la femme »[9].

Comme l'approche biomédical que nous avons voulue étudier porte sur les aspects biologiques et médicaux du cycle menstruel, nous ne pouvons pas seulement définir ce dernier et parler de la capacité reproductrice de la femme en âge de procréer sans étudier également certains symptômes physiques ainsi que les troubles qui se manifestent et parfois qui sont très difficiles à vivre au quotidien lors de la période menstruelle tels que le syndrome prémenstruel (état de

[8] Buhuon.A, : La pratique physique et sportive féminine à l'aube du XXe siècle: moyen technique de maintien d'une définition normative des corps, l'exemple de la menstruation, Gesnerus 70/1 (2013) 111–126,p.118

[9] Ibidem

malaise marquant la période prémenstruel) et l'endométriose (maladie inflammatoire et chronique de l'appareil génital féminin qui s'explique par le développement d'une muqueuse utérine (l'endomètre) en dehors de l'utérus.), le syndrome du choc toxique (douleur très aigue qui s'observe lorsque le sang est bloqué à l'intérieure du vagin pendant un long moment par le matériel de protection hygiénique.

La plupart des femmes et des filles souffrent de douleurs menstruelles telles que des crampes abdominales, des nausées, de la fatigue, des évanouissements, des maux de tête, des maux de dos et une gêne générale. Ils peuvent également éprouver des changements émotionnels et psychologiques (par exemple, des sentiments accrus de tristesse, d'irritabilité ou de colère) dus aux changements hormonaux[10].

Toutes ces variations peuvent être considérées normales dans la durée du cycle menstruel même si certaines d'entre elles sont douloureuses. Les menstruations peuvent également donner lieu à certaines conditions médicales, ou biologiques que doit connaitre la femme durant toute sa vie féconde malgré certaines croyances qui classent ce phénomène dans un monde d'impureté et de malédiction :

II.1.1. Risque d'infections dues à une mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle

Le risque d'infection due à la mauvaise gestion d'hygiène est plus élevé pendant la menstruation parce que le bouchon de mucus normalement trouvé à l'ouverture du col de l'utérus est délogé et que le col de l'utérus s'ouvre pour permettre au sang de sortir du corps. En théorie, cela crée une voie permettant aux bactéries de retourner dans l'utérus et la cavité pelvienne[11].

Certaines pratiques peuvent être nuisibles à la santé et causer des infections lors de la gestion de l'hygiène menstruelle précaire. Nous pouvons citer entre autre ; le matériel de protection sale ; les mains sales lors du changement de matériel de protection ; les infrastructures sanitaires sales comme les douches ou les toilettes ; l'insertion du matériel sale dans le vagin comme les tampons et les chiffons ; le changement du matériel de protections après un long moment ; les

[10] House et Al. op, cit.p.24

[11] Ibidem.p.33

rapports sexuels non protégés, douches vaginales (faire entrer du liquide dans le vagin) ;élimination insalubre du matériel sanitaire usagé risque d'infecter les autres[12]

Toutefois, une mauvaise gestion de la menstruation risque d'avoir des conséquences négatives sur la santé comme nous avons évoqué certaines maladies citées ci hautes. Nous avons parlé d'endométriose, de SPM, et le SCT… S'ajoute d'autres maladies infectieuses causées par une hygiène inappropriée du corps ou du matériel de protection.

Toutes ces risques sont de plus en plus aggravées par des normes ou des pratiques culturelles discriminatoires qui ajoutent du drum au drum en rendent difficile le maintien d'une bonne hygiène.

II.1.2. Notion d'hygiène en période menstruelle

Les femmes et les filles trouvent souvent l'hygiène menstruelle difficile en raison d'un manque d'accès aux produits ou aux installations sanitaires appropriées (par exemple, un espace privé avec une méthode d'élimination sûre pour les serviettes usagées et une alimentation en eau pour se laver les mains et matériel sanitaire) [13].

Lorsque les femmes et les filles n'ont pas accès à des installations sanitaires adéquates et privées, changer de serviette hygiénique peut s'avérer particulièrement difficile (INGA ET ROAF, p.11).

Ce problème se manifeste souvent dans les lieux publics comme les écoles, les marchés, les hôpitaux…où les infrastructures sanitaires ne sont pas adéquates et ne disposent pas du matériel nécessaire pour assurer une bonne gestion de l'hygiène menstruelle.

C'est particulièrement le cas dans les écoles qui ne disposent pas d'installations sanitaires adéquates ou lorsque ces dernières n'offrent aucune intimité ni de séparation filles-garçons

De nombreuses filles se sentent souvent vulnérables au harcèlement des autres élèves, elles sont gênées par l'odeur et s'inquiètent de tacher leurs vêtements.

Malheureusement, Les jeunes filles grandissent souvent avec une connaissance limitée de la menstruation parce que leurs mères et les autres femmes hésitent à discuter des problèmes avec

---

[12] Ibidem.

[13] House et al .op,cit.p.22

elles. Les femmes adultes peuvent elles-mêmes ne pas être conscientes des faits biologiques ou des bonnes pratiques d'hygiène, transmettant plutôt des tabous culturels et des restrictions à respecter[14].

Le sentiment de discrétion décourage beaucoup les filles étudiantes et leur empêche quelques fois de se présenter en classe de peur qu'elles puissent être discriminées ou accusées du non-respect par leurs camarades de classe notamment lorsqu'elles exposent quelques traces.

Ce sentiment de vulnérabilité qui handicape la gestion de l'hygiène menstruelle des filles en milieux scolaire en pleine dignité ne vient pas seulement de des harcèlements en provenance de leurs collègues, mais également des informations reçues au sein de familles qui mettent toujours en cause le sang menstruel.

Dans les conditions normales, l'hygiène de la femme ou de la fille en période menstruelle se base essentiellement sur la manière de changement du matériel d'absorption du sang, l'hygiène corporelle ainsi que la façon de séchage du matériel réutilisable. Ce domaine par excellence met au centre le plan WASH. Pour mieux comprendre la notion de gestion d'hygiène corporelle et du matériel de protection pendant la période menstruelle, il nous faut d'abord être au courant des instruments nécessaires pour une bonne gestion de l'hygiène menstruelle. Voici la proposition de Sommer et al (2017)

Autrement dit, ces produits et fourniture nécessaire pour une bonne gestion de l'hygiène menstruelle nous rappelle les la définition de « la gestion de l'hygiène menstruelle », Cette définition est axée sur les connaissances et les comportements nécessaires à une bonne hygiène menstruelle, notamment les comportements d'hygiène personnelle (utilisation de matériaux propres, possibilité de se changer et de se laver selon les besoins) et publique (élimination des protections usagées. Elle englobe donc tous ces besoins et chaque place publique comme l'université par exemple devrait remplir toutes ces conditions afin de faciliter le confort des femmes et filles fréquentant quotidiennement cet endroit et qui ne sont pas capables de rentrer chez elles la mie journée pour changer leurs serviettes de protection.

[14] Ibidem

II.1.3. Les différentes formes de protection

Dès le début de la période féconde, la vie de femme ou de la fille est rythmée par un cycle menstruel mensuel qui se termine chaque mois par l'écoulement de sang lors de l'absence de la fécondation. Pendant cette période, le confort et la sécurité doivent être prioritaires « La gestion hygiénique des menstrues ».

Une bonne gestion intime des menstrues commence par le choix d'un produit adéquat. Il existe différentes formes de protection. Les femmes peuvent varier la protection selon le flux sanguin et le niveau d'aisance avec le corps. Etant donné que les règles n'ont pas toujours une même intensité, le matériel utilisé pour la protection peut varier selon la capacité d'absorption.

Les différentes sortes de protection hygiénique des menstrues ont été inventées et améliorées progressivement pour que les femmes puissent continuer leurs occupations que ce soit professionnelles ou scolaires sans se préoccuper de leurs règles.

Les différentes formes de protection que nous allons présenter sont proposées par Myriam Gorzkowski en 2019 et mises à jour en 2022 à travers Pharma-GDD sur internet.

a. Les serviettes hygiéniques jetables

La serviette hygiénique telle que nous la connaissons aujourd'hui a été inventée dans les années 1960(Gorzkowski,2019). Selon l'auteur, il existe plusieurs sortes de serviettes hygiéniques. Le choix d'une serviette dépend du flux des règles. On a tendance à utiliser une serviette à grande capacité d'absorption lorsque l'intensité du flux est élevée. On peut choisir une serviette sans ou avec ailettes selon le confort que l'on souhaite avoir. Les serviettes hygiéniques en coton sont recommandées pour ne pas agresser les parties intimes et assurer une simplicité d'utilisation.

Elles sont conçues pour s'adapter aux mouvements du corps et absorber le sang des règles de manière optimale. Toutefois, on leur reproche certains inconvénients, notamment les fuites qui peuvent survenir lorsque la serviette n'est pas bien placée.

Ces protections hygiéniques peuvent être visibles sous certains vêtements, sources d'inconfort et d'odeurs désagréables, surtout si elles ne sont pas changées à la fréquence recommandée (toutes les 4 heures au maximum)[15].

b. Les serviettes hygiéniques lavables et réutilisables.

Inventées dans les années 1920, les serviettes hygiéniques lavables ont ensuite été abandonnées au profit des serviettes conventionnelles pour revenir en force depuis quelques années. Elles constituent une alternative économique et surtout écologique aux protections jetables tout en fonctionnant sur le même principe : placées dans la culotte, elles absorbent le sang des règles et restent en place grâce à des boutons pression qui permettent de fixer les ailettes.

Elles ne génèrent aucun déchet, se lavent facilement à la main ou en machine et sont dotées d'une longue durée de vie, comprise entre 5 et 10 ans selon les modèles. Cette méthode est en plein essor depuis la publication d'études pointant du doigt les matériaux utilisés pour la fabrication des serviettes hygiéniques classiques.

L'utilisation des serviettes hygiéniques lavables répond donc à un enjeu de santé dont les femmes ont de plus en plus conscience. Composées uniquement de tissu (coton ou bambou le plus souvent), elles génèrent moins d'irritations et réduisent les risques d'allergie[16].

c. Le protège slip

Le protège slip est plus fin et moins absorbant que la serviette menstruelle. On peut porter un protège slip en complément d'un tampon ou d'une coupe pour éviter les fuites au cours de la journée et garder ses sous-vêtements parfaitement propres. Fin et discret, les protège slip existent en différents formats pour s'adapter à la lingerie. Comme pour les serviettes hygiéniques, privilégiez le coton et éviter les protections parfumées, agressives pour la zone intime[17].

---

[15] le 12/10/2022

[16] Ibidem

[17] Ibidem

d. Tampons

Il s'agit d'une protection interne à insérer dans le vagin et qui demande donc d'être à l'aise avec son corps. Le tampon est une protection hygiénique qui est favorable et qui assure une bonne gestion des menstrues. Ce petit cylindre en coton, se glisse dans le vagin pour en absorber le flux de sang. Tout comme la serviette hygiénique, il doit être changé régulièrement : toutes les 4 heures à 6 heures maximum, voire plus souvent si les règles sont très abondantes. Sans oublier de se laver les mains avant et après la manipulation du tampon. Le tampon est une excellente protection pour le sport ainsi que la piscine.[18]Lorsqu'il est bien placé dans le vagin, un tampon ne se sent pas et absorbe correctement le sang des règles, sans risque de fuites.

L'utilisation des tampons trop absorbants par rapport à votre flux peut entraîner une sécheresse vaginale et déséquilibrer la flore intime. Un tampon doit être changé toutes les 4 à 6 heures au maximum pour éviter le syndrome du choc toxique, une maladie rare mais grave pouvant conduire au décès[19]

e. La coupe et la culotte menstruelle

Au cours de sa vie, une femme utilisera en moyenne entre 10 000 et 15 000 tampons et serviettes hygiéniques pour se protéger pendant ses règles (Gorzkowski,2019).

Partant de ce constat, la coupe et la culotte menstruelle ont un fort potentiel de développement puisqu'elles ne produisent aucun déchet, sont réutilisables et peuvent être utilisées pendant plusieurs années.

La coupe et la culotte menstruelle sont plus efficaces car elles sont économiques, écologiques et ne nécessitent pas le chambardement des déchets car elles sont réutilisables pendant plusieurs années.

---

[18] https://fr.saforelle.com/conseils-d-experts/quelle-protection-hygienique-choisir.html

[19] https://www.pharma-gdd.com/fr/tampons-cup-serviettes-quelle-protection-hygienique-pendant-les-regles: Consulté le 12/10/2022 à 16h00

La coupe est un petit contenant en forme d'entonnoir que l'on place dans le vagin pour recueillir le sang des règles. De plus en plus populaire, cette invention ne date pourtant pas d'hier puisque l'on retrouve des traces d'un accessoire similaire en 1867.

La coupe est totalement invisible et ne se sent pas si elle est bien positionnée dans le vagin. Elle garantit une protection optimale contre les fuites et les odeurs. Comme pour les tampons, il faut la vider toutes les 4 à 6 heures maximum. Elle se nettoie très facilement et peut être réutilisées pendant 10 ans.

Écologique et économique, la coupe menstruelle nécessite cependant un temps d'adaptation pour apprendre à l'insérer et à la placer correctement dans le vagin. Son retrait implique d'avoir à sa disposition des sanitaires équipés d'un lavabo pour pouvoir la nettoyer avant de la replacer. Cela peut être problématique dans les endroits publics ou sur le lieu de travail .Pour la culotte menstruelle, elle est une protection hygiénique fine, discrète et confortable[20].

II.2. Gestion des déchets menstruels.

Pendant longtemps, les femmes et les jeunes filles n'avaient que le choix entre les serviettes hygiéniques ou autres formes de tissus pour gérer leurs règles. Elles sont obligées de changer leurs protections hygiéniques plusieurs fois par jours durant toute la période de leurs règles. Elles sont alors confrontées à la question de savoir quoi faire du matériel usagé. S'il s'agit d'une protection jetable, elles doivent disposer d'une méthode de collecte et d'élimination. Les produits d'hygiène menstruelle usagés peuvent être recueillis dans une poubelle. Cette dernière doit optimiser des critères suivant selon[21] :

• Lavable ; Dotée d'un couvercle pour éviter les odeurs ; Facile à transporter vers le lieu d'élimination des déchets ; Disponible localement (lorsque cela est possible)

Dans la plupart des sociétés du monde, les menstruations ont une conception négative à ce que le faite d'exposer les déchets menstruelle à la portée de tout le monde peut susciter

[20] https://www.pharma-gdd.com/fr/tampons-cup-serviettes-quelle-protection-hygienique-pendant-les-regles: Consulté le 12/10/2022 à 16h20

[21] House et Al op,cit.,p.24

l'objet d'une extrême stigmatisation. D'autres ont peur d'être ensorcelées à travers leurs serviettes ou leurs sous-vêtements et préfèrent les jeter dans des latrines.

Il y a dans le terme de sorcellerie l'idée qu'une personne peut exercer une influence sur d'autres, une influence sans intermédiaires visibles donc cachée, voire mystérieuse. Il y a, ensuite et surtout, l'idée que cette influence est néfaste et maléfique, qu'elle s'attaque à l'intégrité corporelle et mentale, à la famille, mais aussi aux biens, aux animaux, aux cultures, en un mot, tout ce qui appartient à la personne visée. La maladie, la malchance, l'oppression, le trouble, l'inefficacité, l'absence de vitalité s'installent à demeure dans son existence et la conduisent lentement à la mort sociale, voire physique[22]. Dans la société Burundaise, notamment pour le Murundi ancien, les malheurs, notamment la mort, étaient dus aux barozi, envoûteurs qui étaient même responsables des victimes tuées par la maladie (étant donné que pour le murundi, une simple maladie ne pouvait pas emporter une vie humaine).Les Burundais avaient peur de ceux qui pouvaient arracher la vie. C'est pour cette raison qu'on ne devait pas répondre spontanément à aucun appel nocturne. On avait grand soin de conserver ses choses comme par exemple les morceaux de natte, de chalumeau, de motte de terre sur les murs de sa hutte ou tous ces vieux vêtements aussi bien cachées que possibles ou de les avoir constamment sous ses yeux. Avec du burozi, on pouvait provoquer chez une personne « la stérilité, la maladie, la folie, l'appauvrissement, inspirer la haine, empêcher l'amour, déchaîner une passion criminelle, tuer sans laisser de traces, etc. (NIBIZI, 2005 :13-24).

Ce passage de NIBIZI peut servir de référence pour expliquer la peur des femmes Burundaises en générale et des étudiantes de l'université du Burundi en particulier d'être envoutées à travers leurs sous vêtement ou leur serviettes hygiéniques déjà usées et exposés à la vue du publique. Certaines préfèrent les jeter dans les latrines où personnes ne les verra, ou préfèrent les emballer dans des papiers avant d'être jetés à la poubelle ce qui a comme conséquence le remplissage précoce ou l'obstruction des tuyaux d'évacuation.

Cela montre que le système de gestion des déchets menstruels est inefficace à cause de ces croyances qui persistent encore dans la société Burundaise. « L'évacuation des protections usagées directement dans les latrines est problématique, qu'il s'agisse de latrines à fosse ou dotées d'une chasse d'eau : dans le premier cas, la fosse se remplira plus rapidement et le

[22] https://archipel.uqam.ca/12286/1/M15829.pdf: Consulte le 6/11/2023 à 21h31

pompage sera plus laborieux lors de la vidange ; dans le deuxième cas, cela risque de boucher les canalisations. Cependant, il ne suffit pas de mettre une poubelle à disposition dans les latrines »[23].

Si nous revenons un peu sur le rapport présenté par WSSCC et ONU femme en 2014 portant sur la gestion de l'hygiène menstruelle, les comportements et pratiques dans la région de Louga au Sénégal que l'on a évoqué si haut, la question de la gestion des déchets menstruels pose encore de problème. Certaines filles gèrent ces déchet en respectant les règles d'hygiène et d'assainissement mais d'autres ne les respectent pas pour des raisons multiples : « Si 65,8% des personnes interrogées disent jeter leur matériel usagé à la poubelle, 14,3% déclarent encore le jeter dans les toilettes ou les latrines. D'autres (5,3%) le jettent dans des fosses septiques ou ailleurs, 2,5% le brûlent, et 12,2% l'enterrent » (WSSCC et ONU femme, 2014 :34).

La gestion des déchets menstruels évoqués ici ne peut pas donner l'espoir net de préserver l'environnement d'une manière saine. Pourtant cela présente un danger mais également une grande source de pollution car les déchets menstruels sont aussi dangereux que les plastiques. Jeter les serviettes usées a la toilette peut poser des problèmes d'assainissement, notamment l'obstruction du système d'évacuation des eaux usées ainsi les effets sur l'hygiène et l'environnement. Il est donc nécessaire d'établir un système de collecte et de vidage réguliers des poubelles et d'élimination finale des déchets. Les personnes responsables de la collecte, du transport et de l'élimination des produits menstruels usagés doivent disposer du matériel et des ressources nécessaires, afin d'exercer cette activité de manière hygiénique et dans la dignité.

Cependant, il est évident que toutes ces formes de protection proposées par Myriam Gorzkowski,2019 sont efficaces pour la santé et pour la bonne gestion de l'hygiène menstruelle. Les serviettes hygiéniques lavables, les culottes menstruelles, les coupes menstruelles et les protèges slip sont plus efficaces non pas seulement à la gestion de l'hygiène menstruelle mais également à la gestion de l'environnement car ces matériels de protection ne produisent pas des déchets nuisibles à l'environnement comme on le remarque pour les serviettes hygiéniques jetables qui sont même emballées dans de sachets non dégradables. Ils sont économiques d'excellence car ils sont lavables est réutilisables pendant plusieurs années ce qui prévient une

[23] House et al. Op.cit. p.25

malversation économique et qui pourrait être efficace pour les femmes et les filles qui ne disposent pas assez d'argent pour s'acheter des serviettes à usages unique chaque mois.

Nous pouvons également tenir compte de la notion de l'eau et de l'assainissement en disant que celle-ci est primordiale car l'hygiène du corps, la disponibilité de l'eau et les moyens appropriés d'évacuation des déchets sont tellement indissociables.

Certaines filles ne sont pas toujours dotées de connaissances sur les problèmes liés aux mauvaises pratiques, les options qui s'offrent à la jeune fille pour le choix du matériel d'absorption du sang, le séchage et l'élimination du matériel. WSSCC et ONU Femmes (2014 :8) nous présentent certains impactes néfastes liés à la mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle :

−Dans la plupart des cas, le séchage du matériel hygiénique est effectué à l'ombre, dans un endroit privé et sans lumière. La gestion en cachette et le manque d'information constituent les premières causes d'infections liées à la mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle.

– Les déchets menstruels sont éliminés de façon récurrente dans des latrines et des toilettes, par souci de discrétion ou du fait du manque d'espace pour l'élimination des déchets. Les impacts sur l'environnement et sur l'entretien de ces équipements sanitaires sont néfastes.

Selon ce rapport, près de neuf élèves sur 10 (86,6%) jettent directement leur matériel hygiénique usagé, contre seulement 12,5% qui le lavent, et moins de 1% qui le brûle (cf. graphique 29).

– L'inexistence d'espaces appropriés et le manque d'équipements adaptés à la bonne gestion de l'hygiène menstruelle constituent un frein à la participation des femmes et des jeunes filles aux activités culturelles, éducatives, sociales, et génératrices de revenus.

Dans un rapport présenté par WSSCC et ONU femme en 2014 portant sur la gestion de l'hygiène menstruelle ,les comportements et pratiques dans la région de Louga au Sénégal ,les réponses obtenus lors de la collecte des données dans cette localité montrent que les filles et les femmes ont une bonne connaissances en matière de gestion de l'hygiène menstruelle et que l'adduction en eau potable reste toujours un élément primordial notamment pour l'hygiène corporelle, le lavage des parties intimes et des tissus hygiéniques : « Une écrasante majorité des répondantes (99,4%) ont déclaré prendre une douche tous les jours lorsqu'elles ont leurs règles.

La pratique du lavage des mains au savon après le nettoyage du sang des menstruations est également largement répandue » (WSSCC et ONU femme : 2014 :30).

D'où alors, cela montre que lorsqu'il s'agit d'un milieu public comme par exemple l'université du Burundi, les infrastructures sanitaires alimentées en eau potable et bien sécurisées sont de première nécessité pour les filles en période menstruelle. Cette nécessité correspond non seulement au lavage des mains avant et après le nettoyage du sang menstruel mais également le lavage des parties intimes pour lutter contre les infections et les taches rouges pouvant humilier l'individu réglé lorsqu'elles ne sont pas bien maitrisées. Tout cela nécessité impérativement de l'eau potable et d'une chambre réservée à cette activité et fermée à clé. Malgré toutes ces initiatives des femmes et filles sénégalaise en matière de gestion hygiénique des menstrues, le séchage des serviettes réutilisables reste un problème alors que cette étape reste toujours indispensable en matière de gestion menstruelle : « Les serviettes réutilisables doivent être lavées à l'eau et au savon et mises à sécher avant d'être rangées dans un endroit propre. De nombreuses personnes conseillent de faire sécher les tissus au soleil afin d'éliminer les bactéries dangereuses. Cependant, le séchage des tissus dans un endroit exposé aux regards n'est pas toujours toléré, ou n'est pas possible durant la saison des pluies. Il peut être plus pratique de les sécher au fer à repasser ou de les étendre sur un panier près du feu » (WaterAid : Sommer, et al, 2017 :24).

Cela signifie que suite à la conception négative que l'on accorde à la menstruation, il semble tellement difficile d'exposer le matériel de protection à la portée de tout le monde car ça fait honte. Certaines croyances mettent en danger le sang menstruel et ne tolèrent pas la femme qui manifeste les signes de menstruation car elle est devenue impure en ce moment. Cette dernière n'as pas le droit de se rendre dans les lieux de culte ou se rendre en public car elle peut infecter ce sort aux normaux. D'où alors, les femmes préfèrent sécher leur matériel de protection dans un endroit caché et obscur voire humide afin que personne ne puisse remarquer qu'elles ont leurs menstrues. Cela peut causer des maladies infectieuses car il est conseiller de les exposer au soleil afin de faire anéantir les microbes qui seraient cachées dans leur serviettes réutilisables.

II.3. Le flux menstruel sous l'angle socio-culturel.

Comme les cultures des sociétés intéressent beaucoup la socio-anthropologie, nous préférons étudier ce phénomène naturel qu'est la menstruation sous l'angle socio-culturel.

L'approche socio-anthropologique que nous voulons maintenir dans cette étude est empiriquement multidimensionnelle et elle nous aide à étudier le groupe social concerné, analyser la notion du tabou et de stigmate recouvrant la menstruation, analyser le rapport entre la menstruation et le droit de la femme, les croyances, pratiques et représentations qui en découlent. Ainsi donc, faire l'analyse socio-anthropologique de la gestion des menstrues chez les filles et femmes externes de l'université du Burundi, suppose étudier la manière d'agir et le sens que ces dernières se font dans leur activité intime, le regard d'autrui sur les règles et sur l'individu réglé, …

II.3.1. Le tabou et le stigmate menstruel.

Dans de nombreuses cultures dont le système d'affiliation demeure toujours le patriarcale, les femmes occupent une place inferieure par rapport aux hommes. Elles subissent des violences liées aux croyances culturelles dont le plus habituel et moins parlé est celui de la menstruation.

La menstruation est considérée comme une impureté et la femme ou la fille réglée reste à rejeter car elle est dotée d'une saleté pouvant provoque de graves dangers a ses proches.

A la normal, la menstruation est symbole de la féminité. Elle fait partie du système reproductif de la femme. La présence mensuelle des menstrues symbolise la fertilité.

Malgré tout cela, la menstruation va à l'encontre de tous ces attributs et devient un lourd fardeau pour les femmes et les filles en âge de procréer.

Ce paradoxe est arrosé par certaines normes culturelle et croyances qui attribuent aux règles un qualificatif de tabou, de honte, de souillure, de stigmate.

De nombreuses cultures ont des croyances ou des mythes liés aux menstruations. Presque toujours, il existe des normes sociales ou des règles et pratiques non écrites concernant la gestion des menstruations et l'interaction avec les femmes menstruées [24].

---

[24] House et al, op.cit., p.25

Les sociétés possèdent des codes culturels secrets mais également des pratiques qui agissent d'une manière néfaste est qui violent les droits de la femme. Ces dernières tentent d'encourager une distanciation sociale et la mise à l'écart des femmes ou des filles en période menstruelle de peur qu'elles puissent nous contaminer et nous transmettre l'impureté dont elles sont dotées.

Ces sociétés disposent des croyances qui interdisent aux femmes de faires des activités de développement pendant cette période et elles sont obligées de rester à la maison sous prétexte que les puissances maléfiques que possèdent le sang menstruel puissent endommager les champs de plantation, tuer ou avorter le bétail.

Cela peut rendre leur quotidien difficile et limiter leur liberté. Par exemple, dans certaines cultures, on dit aux femmes et aux filles qu'au cours de leur cycle menstruel, elles ne doivent pas se laver (sinon elles deviendront stériles), toucher une vache (sinon elle deviendra stérile), se regarder dans un miroir (sinon elle perdra son luminosité), ou toucher une plante (ou elle mourra)[25]

Les tabous entourant les menstruations excluent les femmes et les filles de nombreux aspects de la vie sociale et culturelle ainsi que des services d'hygiène menstruelle. Ces tabous comprennent l'interdiction de toucher les animaux, les points d'eau ou la nourriture que d'autres mangeront, et l'exclusion des rituels religieux, de la maison familiale et des installations sanitaires [26]

Ces stéréotypes empêchent également les femmes et les filles de mieux participer aux activités scolaires et accélèrent les notions de stigmatisation, de honte et d'embarrât. Il est par conséquent très humiliant d'exposer la tache ou de maintenir une serviette hygiénique à la vie de tout le monde.

Dans une courte vidéo intitulée « la vérité sur les règles ,2019» visionnée sur YouTube, la dernière partie montre la honte exposée par Sarah lorsqu'elle a eu ses règles étant en classe entrain de suivre le cours de mathématique. Lorsque les autres étaient concentrés, Sarah avait un visage très ennuyé et demandait à ses collègues dans une voie très basse s'il y aurait quelqu'un qui aurait apporté des tampons. Pour calmer la situation, la camarade de l'autre rangé

[25] Ibidem

[26] Ibidem,p.23

lui a lancé un tampon et celui-ci tombe par terre, ce qui a permis au professeur de remarquer l'action qui se passait en classe. Sarah essayait d'approcher le tampon en utilisant son pied pour cacher ce dernier. Malheureusement le professeur révèle aux autres que Sarah a ses règles.

En bégayant, elle a catégoriquement refusé qu'elle n'avait pas ses règles et que la serviette même ne lui appartienne pas[27]. Tout cela met en évidence le fardeau du tabou menstruel que portent les femmes en règles et ça leur empêchent de parler à haute voix de peur qu'elles puissent être écartées de la société. Dans cette même vidéo, on entend des mots utilisés comme (j'ai mes rouges, je fais relâche, je suis sur le torchon, j'ai du blosom, les anglais débarquent, je suis en travaux…) pour ne pas parler des règles.

Presque toujours, il existe des normes sociales ou des règles et pratiques non écrites concernant la gestion des menstruations et l'interaction avec les femmes menstruées. La plupart des cultures ont des codes secrets et des pratiques autour de la gestion des périodes[28].

Au Burundi, nous entendons surtout chez nous dans nos familles, parler de certains interdits que la femme menstruée doit respecter et certains d'entre eux lui empêche de pratiquer certaines activités génératrices de revenu pendant cette période.

Elle n'a pas le droit de passer à travers le champ de plantation qui fleurit car tous les fruits seront pourris. Les filles et les femmes menstruées n'ont pas le droit de traire ou de toucher ou de consommer les produits d'élevage car elles risquent de transmettre leur impureté au bétail, et par conséquent les vaches seront stériles ou vont mourir. Dans sa publication sur Facebook, Yaga nous met au courant des résultats d'une enquête journalistique effectuée à Kayanza où jeunes de cette région précisent qu'il est interdit aux filles et femmes en période menstruelles de traverser la rivière car le sang menstruel explosera et coulera comme la rivière entre les jambes. Il est également interdit de passer à travers la plantation de courges car les courges

---

[27] https://www.youtube.com/watch?v=Klw4eNU2uAk&feature=youtu.be: Consulté le 20 /11/2022

[21]House et al.op.cit.,p.25

pourriront[29].Une fille ou femme en période menstruelle ne doit pas également saluer ou passer derrière un homme car celui-ci sera atteint de la malchance ou aura des sévères maux de dos. Cette impureté accordée aux femmes et aux filles en période de règles se remarque dans le sens du mot qu'on utilise pour designer la menstruation (ubutinyanka) pour rappeler aux concernées qu'il ne faut même pas approcher les vaches lorsqu'elles ont leurs règles. Dans un entretien réalisé avec les étudiantes de l'université du Burundi, certaines utilisent d'autres thermes considérés comme euphémismes pour désigner les menstruations ce qui témoigne que la honte due aux règles persiste. Nous pouvons donner l'exemple de Ibishoze (les choses),Abashitsi (les visiteurs),Amatunda yeze(les fruits sont mures),Abadagi baje(Les Allemands arrivent),Kuja mu maraso(Etre en période de sang),kuja mu kwezi(Etre dans la lune), Kuja mu bihe(Etre en période),Nyokuru yaje kuturamutsa (Grandmere vient nous saluer),Kuja muri mer rouge(Etre en mer rouge),…

A l'Université du Burundi, les interviewées affirment qu'elles ont honte d'exposer les taches rouges ou les serviettes étant en publique notamment dans leur milieu d'apprentissage et tout cela découle de la mauvaise connotation qu'ont les Burundais à propos du sang menstruel. Certaines étudiantes disent avoir abandonné les cours ou s'absenter lorsqu'elles n'ont pas assez de serviettes ou lorsqu'elles ont manqué d'eau pour prendre douche le matin pour calmer l'odeur.

Au Mali, Les femmes Dogons sont attribuées d'un nom de pùru lorsqu'elles ont leurs règles. Ce terme Dogon qui est traduit différemment par plusieurs auteurs renvoi dans le sens de saleté, d'impureté, de souillure, miasme... (Danouta ,1989 :39-44).

La femme a dès lors l'obligation de quitter son domicile, éteindre son feu de cuisine, laisser tous les outils quotidiens du ménage, et partir habiter au bord du village dans une case réservée seulement aux femmes en règle.

Elle y restera et elle n'a pas l'accès au village avant la fin de ses règles. La transgression de cet interdit pourrait entrainer des graves dangers au sein de tout le village et nécessiterait beaucoup

[29] https://www.yaga-burundi.com/urukundo/ubutinyanka-dukinge-ibinyoma-bayabaga-bacu/ : Consulte le 22/12/2023 à 13h

de rites pour la purification : « Son passage provoquerait des bouleversements graves et exigerait de nombreux rites visant non seulement les lieux où auraient porté ses pas, mais aussi tous les autels et toute l'eau du village » (Paulme 1940 : 263-8, Danouta ,1989 :45).

Chaque ménage du village possède l'eau contenue dans les grands réservoirs et elle doit être protégée. Cette eau que le village protège est celle contenue dans la grande jarre que chaque maison possède (et, par extension, toute eau contenue dans le moindre des récipients), mais c'est aussi l'eau des mares réservées à chaque famille indivise et encore celle de certains torrents et points d'eau « sacrés ».

Protéger cette eau du village est, pour les Dogon, la raison principale de la mise à l'écart de la femme qui a ses règles, car la force vitale de la femme menstruée, porteuse de la saleté, peut contaminer l'eau et risque de poser les graves dangers pour ceux qui la boivent.

L'autre raison de la protection de l'eau est que le Nommo (qui donne à boire), une créature qui habite dans l'eau est tellement lié à la fertilité des champs, la fécondité des femmes, à la vie (ibid.).

Lorsque par mégarde la femme en période menstruelle passe par le village, ce qui mettra en cause la fertilité des champs, la procréation et dans certains cas, empêchera la pluie de tomber, il est obligé alors d'accomplir un geste, « le rite de réparation » afin de revenir à la situation normale. Ce geste est celui des femmes qui vident et remplissent d'une nouvelle eau toutes les poteries de toutes les maisons du village quand, par mégarde ou inconscience, une femme qui a ses règles est passée par là (Paulme 1940 : 264 , ibid : 46-47).

Au sud de l'Ouganda, une femme qui a ses règles est impure. Elle se confine dans une pièce ou un abri séparé pendant les menstruations pour éviter l'interaction avec les hommes (CROFTS et al. 2015 :7). Elle ne peut pas cuisiner, collecter de l'eau, balayer ou faire toutes tâches domestiques, car une nourriture ou une boisson touchée par la femme en période menstruelle est contaminée. Les consommateurs seront maudits. Elle ne traverse pas la route car ça augmenterait le flux (ibid.). Il est interdit pour la femme de passer dans le jardin des légumes car les produits vont pourrir. La femme doit également cacher son matériel de protection hygiénique car celui qui voit la serviette hygiénique de femme remplie du sang menstruel sera maudit(Ibid.).

Puisque les femmes et les jeunes filles qui ont leurs règles sont considérées comme étant « impures » ou « malpropres » dans certaines cultures et imaginaires, on pense qu'elles rendent également malpropres leur environnement. En outre, on y pense très souvent que l'apparition du cycle menstruel entraînerait l'échec des récoltes et de l'élevage, ce qui suscite la peur au sein des communautés car ce sont là leurs principaux revenus et moyens de subsistance. Ainsi, certaines pratiques et « précautions » sont mises en place pour empêcher la propagation des « impuretés » féminines pendant leurs cycles menstruels (Yagmur Ozturk,2020).

II.3.2. Représentations du flux menstruel à travers les religions.

Dans de très nombreuses cultures, le sang des règles et de l'accouchement est considéré avec méfiance. La plupart des religions ont repris à leur compte cette angoisse profonde à l'égard de la fécondité féminine, et tenté de l'encadrer par des interdits et rites de purification (Parent, 2017).

Dans certains chapitres religieux le qualificatif « d'impure « et « de souillure » gagne le marcher et continue de renforcer l'exclusion de la femme et la domination l'homme au détriment de la femme notamment dans le corps administratif de l'église : « Pour ne pas provoquer la pollution de l'autel, durant des siècles la femme se trouve exclue de la zone sacrée. Si un tel isolement est de moins en moins répandu dans l'Église Catholique Romaine, la tradition orthodoxe russe continue à pratiquer le bannissement de la femme pour garder la pureté de l'autel. L'exclusion des femmes du sacerdoce peut être expliquée par l'impureté rituelle qui l'empêche d'entrer en contact direct avec le sacré. C'est une des raisons utilisées par la tradition orthodoxe pour justifier la non-ordination des femmes » (Gurdus, 2018 :9).

a. La croyance judéo-chrétienne

Pour l'Eglise chrétienne, l'Ancien Testament de la Bible indique qu'une femme menstrueé est impure. La souillure de ses règles se transmettent à travers les objets qu'elle aurait touché ou sur lesquelles elle serait endormie ou assise.

Le Niddah qui signifie « rejet, expulsion, vagabondage » est un terme utilisé pour désigner la femme qui a ses règles, ou qui à l'issue de ses règles n'a pas procédé aux rites de purification (le bain rituel) dans la croyance juive (Nizard, 2007 :2).

Le Niddah également oblige toute femme mariée de prendre un bain rituel quelques jours après la fin de ses règles. Si non elle reste dans un état d'impureté et elle n'a pas le droit de faire des relations sexuelles avec son mari avant qu'elle prenne le bain rituel de purification.

Selon Nizard, les enfants conçus lors des périodes interdites comme la période menstruelle sera malformés ou lépreux ou bien naîtront avec un démon dans une certaine mesure.

L'ablution peut avoir lieu dans la nature (rivière, mer ou source) ou dans une piscine construite à cet effet.

Dans le texte biblique, c'est le chapitre 15 du Lévitique qui nous fait référence.

La femme qui aura un flux, un flux de sang en sa chair, restera sept jours dans son impureté. Quiconque la touchera sera impur jusqu'au soir (15.20).

Tout lit sur lequel elle couchera pendant son impureté sera impur, et tout objet sur lequel elle s'assiéra sera impur (15.21)

Quiconque touchera son lit lavera ses vêtements, se lavera dans l'eau, et sera impur jusqu'au soir (15.22)

Quiconque touchera un objet sur lequel elle s'est assise lavera ses vêtements, se lavera dans l'eau, et sera impur jusqu'au soir (15.23)

S'il y a quelque chose sur le lit ou sur l'objet sur lequel elle s'est assise, celui qui la touchera sera impur jusqu'au soir (15.24)

Il est également indiqué que si une femme et un homme ont des rapports sexuels pendant leurs menstruations, ils seront désavoués par la communauté :

Si un homme couche avec elle et que l'impureté de cette femme vienne sur lui, il sera impur pendant sept jours, et tout lit sur lequel il couchera sera impur (15.25).

Si un homme couche avec une femme qui a son indisposition, et découvre sa nudité, s'il découvre son flux, et qu'elle découvre le flux de son sang, ils seront tous deux retranchés du milieu de leur peuple (20 .18).

Selon l'Ancien Testament, toutes ces restrictions sont suivies par des rites de purification pour revenir à la normale et le concept de sept jours propres après les règles doit être respecté :

Quiconque les touchera sera souillé; il lavera ses vêtements, se lavera dans l'eau, et sera impur jusqu'au soir (15 .28).

Lorsqu'elle sera purifiée de son flux, elle comptera sept jours, après lequel elle sera pure (15.29)

Le huitième jour, elle prendra deux tourterelles ou deux jeunes pigeons, et elle les apportera au sacrificateur, à l'entrée de la tente d'assignation (15.30).

Le sacrificateur offrira l'un en sacrifice d'expiation, et l'autre en holocauste; et le sacrificateur fera pour elle l'expiation devant l'Éternel, à cause du flux qui la rendait impure (15.31).

Voici quelques proposions des pères de l'église sur les règles dans une recherche effectuée par Anne-Bénédicte Hoffner, 2019 dans son ouvrage intitulé « L'impureté des femmes, une longue histoire ». Ces discours culpabilisent la femme en règles et continuent de les expulser du champ des normaux.[30]

• Saint Denis d'Alexandrie (IIIe siècle) :« La femme qui a ses règles ne doit pas s'approcher de la Sainte Table, ni toucher le Saint des Saints, ni aller dans une église, mais doit prier ailleurs ».

• Saint Jérôme (IVe-Vème siècles) :« Quand un homme a des rapports avec sa femme pendant cette période, il lui naît des enfants lépreux ou hydrocéphales ; souillés par ce sang impur, les corps des deux sexes deviennent soit trop gros soit trop petits ».

•Albert le Grand (1200-1280) :« La femme est moins qualifiée que l'homme pour la morale. Car la femme contient plus de liquide, et c'est une caractéristique des liquides d'absorber facilement, mais de mal retenir. (…) La femme est un homme raté, par rapport à l'homme, elle ne possède qu'une nature défectueuse et imparfaite »

•Huguccio, évêque de Ferrare (1140-1210) : « Quoique la femme ne commette, en effet, pas de faute dans le fait d'avoir ses règles, elle doit cependant reconnaître qu'elle souffre de ceci à cause du péché originel et elle peut donc, par humilité, s'abstenir quelque temps des sacrements ».

[30] « https://www.la-croix.com/Religion/L-impurete-femmes-longue-histoire-2019-11-20-1201061601: Consulte le 4/01/2023 à 11h15

Cependant, aujourd'hui, Le christianisme tient une place un peu à part dans ce paysage, mais pas complètement. Certaines restrictions existent toujours pour des confessions particulières, telles que les chrétiens orthodoxes russes qui continuent de croire aux tabous menstruels. Les femmes menstruées doivent être isolées pendant leurs menstruations et ne sont pas autorisées à assister aux services religieux ou à avoir des contacts avec des hommes[31].

Les chrétiens coptes d'Éthiopie imposent également des restrictions aux femmes pendant leurs menstruations. Les femmes menstrueés ne sont pas autorisées à entrer dans une église ou à embrasser des icônes religieuses[32].

b. L'hindouisme.

La pratique du Chaupadi vient de la religion hindouiste et signifie « intouchable ». Pendant la période des menstruations, le sang des femmes est considéré comme impur, la femme devient alors un être intouchable aux yeux des autres. Considérées comme telles, les filles et les femmes népalaises sont bannies de leurs foyers et de la société. Les femmes népalaises doivent alors se réfugier le temps des règles, seules et isolées, dans des petites cabanes en terre, des huttes au toit de chaume, appelées des goths, qui sont situées à minimum 20 mètres du domicile familial.

Dès leurs premiers cycles menstruels, souvent au début de l'adolescence vers l'âge de 13 ans, et à chaque période de menstruation, les femmes sont exclues et ne peuvent interagir avec le reste de la société. Elles ne peuvent ni aller à l'école, ni travailler, ni rester dans leur maison. Cette tradition, fortement ancrée dans les mœurs et communément appliquée dans certaines régions népalaises, principalement dans les campagnes, impose ce que les femmes peuvent boire, ce qu'elles peuvent toucher, ce qu'elles peuvent manger. Selon cette tradition, celles qui ne respectent pas cet exil social et géographique forcé déclenchent la colère des dieux hindous et le malheur s'abattra alors sur leur famille : les fruits qu'elles touchent pourriront, la maladie contaminera leur famille, le bétail périra[33].

---

[31] House et al, op.cit., p.26

[32] Ibidem.

[33] https://www.lepetitjuriste.fr/la-tradition-de-la-chaupadi-au-nepal-une-pratique-inhumaine/

Cette pratique consiste à isoler les femmes et les filles en période menstruelle et les placer dans des huttes et cabanes de boue ou de pierre. On les éloigne ainsi des activités quotidiennes (Yagmur Ozturk,2020). Les femmes et les filles soumises à cette pratique subissent beaucoup des conséquences néfastes et vivent des conditions précaires. Isolées dans un abri en dehors de leurs ménages, elles sont rejetées, et reçoivent une alimentation pauvre et avec interdiction de toucher hommes, enfants, bétail, arbres et points d'eau habituels. Les filles sont généralement privées de leurs écoles et ne peuvent pas recevoir des instructions complètes et adéquates car elles sont obligées de rester dans ces huttes pendant que les autres se trouvent en classe entrain de suivre leurs cours.

C'est un très grand désavantage auquel les filles sont confrontées par rapport à leurs homologues masculins, car elles passent plusieurs jours sans aller à l'école chaque mois.

En évitant le contact avec les polluants, ou en se purifiant pour éliminer ou absorber la pollution, il existe deux moyens. L'eau est le moyen de purification le plus courant. La protection des sources d'eau contre cette pollution, en particulier l'eau courante, qui est la manifestation physique des divinités hindoues, est donc une préoccupation majeure[34].

La manière dont les restrictions sont pratiquées tend à varier selon la caste, le groupe ethnique ou la zone géographique. Par exemple, une caste peut restreindre le lavage des cheveux pendant les trois premiers jours des menstruations et une autre pendant sept jours. Il est courant que les femmes ne soient pas autorisées à rendre visite à un nouveau-né pendant ses règles, avant les 40 premiers jours de la vie de l'enfant. Pour au moins une caste, une femme n'est pas autorisée à se laver les cheveux pendant les neuf mois de grossesse. Les femmes et les filles ne sont pas autorisées à participer aux cérémonies religieuses ou aux célébrations pendant la menstruation [35]En effet, ce genre de pratiques encourage la stigmatisation des menstruations bien qu'elle soit un phénomène biologique normal. Elle continue à aggraver la négative conception des règles dans la société et renforce la notion d'impureté dont les gens peuvent avoir honte.

Cela cause beaucoup de problèmes notamment dans le future, particulièrement pour les jeunes filles : ces pratiques induisent une diminution du niveau de confiance en soi chez elles, empêchent la diffusion d'informations de santé utiles, handicape leur taux de réussite à l'école et créent chez les filles un sentiment de honte et de stigmate.

---

[34] Ibidem

[35] Ibidem

c. L'islam

Pendant la durée des menstruations, une femme musulmane est considérée comme impure. Elle doit arrêter certaines formes de culte comme les cinq prières journalières, l'entrée dans la mosquée, le jeûne pendant le mois du ramadan, elle ne peut pas également toucher le coran avant l'arrêt du flux menstruel qui se termine par un bain rituel. Tout comme le précise l'ancien Testament dans le christianisme, il est également strictement interdit aux partenaires musulmans d'avoir des relations sexuelles pendant la période des règles. « Et ils t'interrogent sur la menstruation des femmes. Dis: "C'est un mal. Eloignez-vous donc des femmes pendant les menstrues, et ne les approchez que quand elles sont pures. Quand elles se sont purifiées, alors cohabitez avec elles suivant les prescriptions de Dieu car Dieu aime ceux qui se repentent, et Il aime ceux qui se purifient.» (2 : 222). Le divorce également n'est pas permis. Dans le cas où la femme a ses menstrues, il n'est pas permis de la divorcer. En revanche, si le mari la divorce, le divorce est effectif.

Dans l'islam, également, s'inspirant de la sourate 5 du Coran, les légistes ont établi que l'état de pureté rituelle conditionne la validité de la prière mais aussi du jeûne, du pèlerinage et d'autres actes comme toucher le Coran , et que cet état est atteint par des purifications dont la nature diffère selon les facteurs d'impureté(Parent,2017).

La transgression de tous ces interdits sera considérée comme un péché car le livre du coran possède des versets ou on interpelle les croyants de ne pas profaner les lieux sacrés ou les choses sacres très valorisés par l'église musulmane. Cela se manifeste dans la sourate 5 ou on essaie de vulgariser certains commandements : « Ô les croyants ! Ne profanez ni les rites du pèlerinage (dans les endroits sacrés) d'Allah, ni le mois sacré, ni les animaux de sacrifice, ni les guirlandes, ni ceux qui se dirigent vers la Maison sacrée cherchant de leur Seigneur grâce et agrément. Une fois désacralisés, vous êtes libres de chasser. Et ne laissez pas la haine pour un peuple qui vous a obstrué la route vers la Mosquée sacrée vous inciter à transgresser. Entraidez-vous dans l'accomplissement des bonnes œuvres et de la piété et ne vous entraidez pas dans le péché et la transgression. Et craignez Allah, car Allah est, certes, dur en punition » (5 :2)

Consternant la prière quotidienne, la femme qui voit ses règles n'est pas permit à l'accomplir. Elle doit attendre jusqu'à la fin de celles-ci puis elle se purifie par un bain rituel avant de commencer sa prière.

Le cycle menstruel empêche la femme d'accomplir la prière, qu'elle soit obligatoire ou surérogatoire. Si elle le fait, son acte est invalide. La prière n'incombe pas à une femme se trouvant dans cet état, à moins qu'elle recouvre sa propreté rituelle à un moment où il reste du temps d'une prière obligatoire un laps qui permet d'exécuter ne serait-ce qu'une rak'ah (mouvements effectués pendant la prière) (Cheikh Ibn Outhaymine, 2010 :1).

Pour la lecture du coran, la femme en période menstruelle peut regarder et méditer sur les versets de ceci sans qu'elle le touche ou prononce verbalement les mots qui en résultent. Pour un peu de tolérance, Quelqu'un d'autre qui n'a pas de flux peut prendre le livre et l'ouvrir, puis la femme en règles peut lire sans toucher sur celui-ci. Il y a ceux qui ne leur permettent pas même la lecture en haute voix sauf que regarder et méditer.

« Quant à la lecture du Coran par une femme qui voit ses règles, s'il ne s'agit de sa part que de regarder le texte ou de méditer sans rien prononcer, il n'y a aucun inconvénient à le faire »

Selon le même auteur, on peut mettre le Coran sur une planchette de manière à exposer le texte et permettre à l'intéressée de lire en son cœur sans le toucher. S'agissant du jeûne, il est strictement interdit pour les femmes en période menstruelle de jeûner si non cette période de jeûne sera invalide. Mais elle doit toutes fois rattraper son jeune après avoir effectué le bain rituel à la fin de ses règles

Il est également interdit pour une femme ou fille menstrues de tourner au tour de la Kaaba (Mosquée sacrée) et si elle le fait, ce rite sera invalide : « Il est interdit à la femme qui voit ses règles de tourner au tour de la Kaaba, que cela soit à titre obligatoire ou à titre surérogatoire. Si une telle femme accomplit ce rite, son acte est invalide puisque le Prophète (Bénédiction et salut soient sur lui) a dit à Aicha qui voyait ses règles: Fais tout ce que font les pèlerins à l'exception de la circumambulation, jusqu'à ce que tu recouvres ton état de propreté rituelle » (ibid, 4).

Il est interdit à une femme qui voit ses règles de séjourner dans une mosquée. Il lui est également interdit de traverser une mosquée lorsqu'elle craint de la salir c'est-à-dire de rentrer d'un côté pour en sortir de l'autre, de peur qu'il descende d'elle du sang menstruel jusqu'à la terre.

En grosso modo, tous ces interdits consternant l'entrée dans la mosquée, les livres saints, le pèlerinage, jeûne tourne autour de la prière. Si la prier renvoi à l'entrée en communication avec

le tout puissant que l'on doit le respect, Il ne faut pas l'approcher ni approcher les lieux sacrés dans lesquels il se trouve étant souillée ou impure. La femme doit alors s'éloigner et s'abstenir de toutes ces activités afin de ne pas être condamnée.

En général, une femme qui voit ses règles doit éviter de prier dès l'apparition de celles-ci et faire un bain rituel à la fin. Le bain rituel ne se fait pas n'importe comment car elle des procédures à respecter. Le minimum en matière de bain rituel consiste à laver tous le corps même la peau sur laquelle poussent les cheveux.

II.4. Le cadre Théorique

Le cadre théorique est un élément qui joue un rôle incontournable et irremplaçable au cours de la réalisation du travail de recherche scientifique. Le chercheur ou le scientifique n'oserait pas analyser les données accueillies sans mettre l'accent particulier au cadre ou référent théorique. « Au sein de chaque discipline scientifique, coexistent de nombreux cadres ou référents théoriques. Il ne suffit pas donc de privilégier un angle d'attaque disciplinaire, mais il faut, au sein de cette discipline, définir le référentiel théorique précis qui sera principalement utilisé dans l'étude. Cela est d'une importance primordiale, décisive: on règle correctement les aspects méthodologiques d'une recherche qu'à la condition d'en maîtriser correctement les dimensions théoriques. Tout d'abord, il est fait de penser qu'un chercheur entame une recherche à partir de rien, invente la signification de chaque mot et établit le sens de chaque concept qu'il utilise[36].

Il est sans doute important d'aborder les menstruations sous l'angle socioculturel et à travers la notion de stigmate. C'est Erving Goffman qui a fait du stigmate un concept sociologique, en l'attachant à tout attribut social dévalorisant l'homme dans la société en rendant ridicule par exemple la couleur de sa peau, le handicap qu'il dispose, homosexualité, sa nationalité, sa maladie, etc.

Il donne plusieurs explications pour nous éclaircir le stigmate.

Pour les Grecs, ce sont des marques corporelles destinées à exposer d'inhabituel, de détestable le statut moral de la personne ; C'est un individu rituellement impur, qu'il fallait éviter surtout

[36] https://www.persee.fr/doc/lgge-0458-726x-1968-num-3-11-2900, consulté le 24 février 2022

dans les lieux publics ; Pour les chrétiens, ce sont des marques laissées sur le corps par la Grace de Dieu ; Pour les médecins, Signes corporels d'un désordre physique ;

Disgrâce.

La notion de stigmate renvoie à la discrimination. Une personne qui ne correspond pas à ce qu'on attend d'une personne considérée comme normale est susceptible d'être stigmatisée. « Il possède un stigmate, une différence fâcheuse d'avec ce à quoi nous nous attendions »[37].

Un stigmate est un défaut, « une marque qui laisse une plaie, une maladie… », De nature physique ou psychique, d'origine héréditaire (couleur de la peau ou maladie, l'hémophilie, par exemple), dû à un traumatisme, à un accident, ou provoqué par une blessure que le sujet s'inflige comme dans la scarification. La société établit des procédés servant à répartir en catégories les personnes et les contingents d'attributs qu'elle estime ordinaires et naturels chez les membres de chacune de ces catégories[38].

Goffman nous présente une opposition entre l'identité sociale virtuelle et l'identité sociale réelle.

La première représente les attentes normatives, les exigences que nous attribuons à une personne et que nous lui imputons de façon potentiellement rétrospective c'est-à-dire par caractérisation. Ce sont des anticipations, nous les formulons en attentes normatives, nous les attribuons à l'individu par caractérisation, stéréotypes.

La seconde représente les attributs que possède la personne et que l'on pourrait prouver réellement. Ces attributs sont visibles et vrais.

---

[37] Goffman E. Stigmate. Paris : Editions de Minuit, 1963 (1975 pour la traduction française).p.15

[38] Ibidem.p.11

[37] Goffman. E.op.cit., p.12

Le stigmate alors est un désaccord, une opposition entre l'identité sociale virtuelle et l'identité sociale réelle[39].

La notion de stigmate différencie deux points distincts : L'individu discrédité et l'individu discréditable.

Le premier suppose que sa différence est déjà connue ou visible sur place.

Le second pense qu'il n'est connu ni immédiatement perceptibles par les personnes présentes[40]

Goffman distingue plus concrètement les trois types de stigmate :

− Les monstruosités du corps : Les diverses difformités.

− Les tares de caractère. Aux yeux d'autrui, ils prennent l'aspect d'un manque de volonté de passions irrépressibles ou antinaturelles, de croyances égarées ou rigides, de malhonnêteté, et dont on infère l'existence chez un individu parce que l'on sait qu'il est ou a été, par exemple, mentalement dérangé, emprisonné, drogué, alcoolique, homosexuel, […].

− Les stigmates tribaux : La race, la nationalité et la religion qui peut se transmettre de génération en génération et peut contaminer également tous les membres de la famille.

En autres termes, Goffman distingue le stigmate physique, le stigmate psychologique et le stigmate social. Les traits caractéristiques d'une personne qui serait emprisonnée, droguée ou homosexuelle relève du psychologue tandis que les stigmates tribaux relèvent du sociale.

Les monstruosités du corps sont purement physiques et dans une certaine mesure elles impliquent également la menstruation lorsque l'on la regarde dans le sens des stéréotypes qui lui sont accordés.

La stigmatisation est une réaction sociale « naturelle », en partie inconsciente et automatique envers des populations « différentes » et « vulnérables » .Etre soupçonné de dangerosité, privé d'emploi, écarté de la société, enfermé,… Le stigmate est une trace, une marque visible qui

---

[39] Goffman. E.op.cit., p.12

[40] Ibidem p.14

révèle une dégradation. Le plus souvent, c'est une marque durable, qui persiste malgré la disparition de l'objet qui l'a provoquée (C. Bonsack et al : 2013).

Ervin Goffman voit le stigmate comme une relation entre « un attribut et un stéréotype »Dans une certaine mesure les stéréotypes accordés au sang menstruel sont également facteurs de la précarité menstruelle et favorisent la distance sociale de la femme eu égard du public car pendant cette période elle est rejetée et isolée, comme l'indique certains textes religieux, elle n'a pas le droit de se rendre au temple où sont rassemblés les autres ni d'approcher son partenaire pour des relations intimes. La femme connait également pendant cette période une perte du statut de l'être humain pour la femme. Dans cette perspective, La séparation « eux » – « nous » est un des traits fondamentaux du stigmate.

Si nous revenons sur la menstruation, les femmes ou les filles réglées sont sans doute inclues à travers certaines représentations sociales dans le champ du stigmate. Chaque femme ou fille en âge de procréer a ses règles et ces derniers sont cycliques chaque mois durant toute la période d'avant la ménopause. Cette identité sociale de la femme est réelle car c'est un processus physiologique normal connue et que l'on peut prouver qui marque leur vie reproductrice.

Pourtant, les menstruations sont entourées de honte, de secret, d'embarras, de peur, d'humiliation, de silence et de tabou. De ce fait, les femmes ou les filles en période menstruelle sont soit discréditées ou discréditables selon qu'elles sont découvertes ou non par les membres du groupe auquel elles se trouvent.

Cette dichotomie de Goffman les obligent de fournir l'effort possible pour casher leur situation juste en renforçant les mesures d'hygiène de leurs corps et des vêtements de protection afin de ne pas exposer des taches ou des odeurs à l'égard des normaux de peur qu'elles peuvent être jugées d'impures ce qui sera le début de la discrimination une fois reconnues comme l'auteur du stigmate le précise « Il va de soi que, par définition, nous pensons qu'une personne ayant un stigmate n'est pas toute a fait humaine. Partant de ce postulat, nous pratiquons toutes sortes de discriminations, par lesquelles nous réduisons efficacement, même si c'est souvent inconsciemment, les chances de cette personnes »[41].Encore, « Cet écart, s'il est connu ou

[41] Goffman.E.,op.cit.,p.15

visible, compromet l'identité sociale : Il a pour effet de couper l'individu de la société et de lui-même, en sorte qu'i reste là, personne discréditée face au monde qui la rejette »[42].

Ainsi, à partir de différences superficielles, la personne stigmatisée est mise à l'écart et perd le droit à jouer son rôle social (C. Bonsack et al : 2013). Dans plusieurs sociétés, les femmes et les filles sont alors discriminées et isolées de leurs activités de développement sous prétextes qu'elles deviennent impures lors de leurs règles mensuelles. « C'est ainsi que l'on peut parler aujourd'hui d'« inégalité menstruelle »: parce qu'elles ont leurs règles, parce que les règles font l'objet d'un tabou, les femmes subissent une forme d'oppression qu'aucun homme ne connaîtra jamais. C'est parce que le sang menstruel est tabou que les femmes souffrent sans remèdes depuis des millénaires. C'est parce que le sang menstruel est tabou qu'on leur a longtemps interdit de prendre la mer, de chasser, de voter ou d'être élues, de parler en public ou d'assumer des responsabilités politiques ou religieuses. C'est toujours parce que le sang menstruel est tabou qu'on leur vend aujourd'hui des tampons et des serviettes imprégnés de dioxine et de parfum toxique; Et qu'on discrédite leur parole en disant: « Ben quoi, t'es de mauvais poil, t'aurais pas tes ragnagnas ?», sans pour autant apporter de réponse médicale satisfaisante aux troubles associés à la menstruation » (Thiebeaut ,2017 citée par Cenard, 2019 :1).

Le stigmate d'Ervin Goffman nous permet alors de comprendre l'expérience menstruelle des étudiantes externes de l'Université du Burundi, lors de notre recherche, nous avons remarqué que certaines étudiantes ont été discréditées et accusées de causer la malchance aux collègues de sexe masculin et d'autres ont peur de se présenter au cours de peur qu'elles puissent être discrédités notamment en cas de pénurie d'eau au quartier ou en cas de manque de serviettes hygiénique. Tout comme l'auteur définit le stigmate, les attentes normatives que l'on a à l'égard des étudiantes sont la beauté, la propreté, la douceur …c'est ce que Goffman appel identité sociale virtuelle. Le stigmate sera alors cette opposition entre l'identité sociale virtuelle et l'identité sociale réelle.

Conclusion partielle du chapitre

Dans la revue de littérature, nous avons remarqué pas mal de chose. Plusieurs auteurs ont évoqué pas mal de chose sur la menstruation. Nous venons de remarquer dans l'approche

[42] Ibidem.p.35

biomédicale que sans doute presque chaque femme et fille en période féconde dans le monde entier a ses réglés en moyenne tous les 28 jours et pendant 5jours.Le processus de ce phénomène est biologique et tout à fait normal.

En ce qui est de la gestion hygiénique, plusieurs auteurs y compris des organisations internationales comme WaterAid, OMS… ont pu vulgariser beaucoup sur le rôle du programme de l'eau et de l'assainissement WASH dans le but de contribuer à la gestion de l'hygiène menstruelle sans toutes fois nuire à l'environnement. Dans cette partie, nous avons remarqué que les infrastructures sanitaires bien équipées sont primordiales notamment dans les places les plus fréquentés comme les écoles par exemple. L 'accès aux informations également sur la manière de gestion de l'hygiène menstruelle contribue pour que chacune des filles et femmes soit sûre est certaine de sa manière de gestion sans avoir peur des fuites qui peuvent provoque son humiliation étant à la vue des autres.

Par contre, ces auteurs nous ont mis au courant des stéréotypes, des mythes, des croyances et des tabous entourant les menstruations et qui handicapent la gestion confortable des menstrues pour les filles et les femmes en réglés. Certains de ces derniers sont issus des textes saints des grandes religions monothéistes, d'autres sont des sources orales circulant dans différentes sociétés et jouent un obstacle dans la meilleure gestion des menstrues.

Comme notre sujet porte alors sur l'approche socio-anthropologique de la gestion de l'hygiène menstruelle chez les étudiantes de l'université du Burundi, cette approche sera capable de décrire et analyser l'ensemble de tous ces éléments constituant les besoins pour la meilleure gestion de l'hygiène et sera également capable de découvrir l'impact dû la gestion de l'hygiène menstruelle sur la performance académique des filles et femmes étudiante à cette université.

DEUXIEME PARTIE : PRESENTATION DES DONNEES, ANALYSE ET DISCUSSION DES RESULTATS.

CHAP III : LA GESTION DE L'HYGIENE MENSTRUELLE.

La gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) concerne l'utilisation de matériels propres pour l'absorption du sang menstruel qui peuvent être changés en privé, en sécurité, de façon hygiénique, et aussi souvent que nécessaire pour la durée du cycle menstruel (PMA, 2020).

Elle comprend l'utilisation de l'eau et du savon pour laver le corps, aussi souvent que nécessaire, et l'accès à des installations pour utiliser et gérer les dispositifs de flux menstruel.

III.1. La gestion de l'hygiène menstruelle, témoignage des répondantes.

En ce qui est de l'expérience sur la gestion de l'hygiène menstruelle, les répondantes reviennent sur l'importance de l'eau, et de l'assainissement pendant cette période.

La protection hygiénique et l'endroit adéquat pour se changer sont tellement indispensables selon nos informatrices. Ces propos se manifestent dans certains rapports produits par les organisations internationales qui ont pu collecter les informations concernant l'hygiène menstruelle auprès de la population. Par exemple, WSSCC et ONU Femmes (2014 :8) Affirment que les concernées privilégient les endroits très sécurisés et bien équipés pour changer le matériel hygiénique.

Voilà par exemple les propos de certaines enquêtée en ce qui concerne la gestion hygiénique des menstrues : « La gestion hygiénique des menstrues se pratique par deux moyens je pense: l'utilisation des serviettes jetables ou bien l'utilisation des tissus réutilisables. Moi, je préfère les serviettes hygiéniques jetables car c'est moderne et faciles à porter. Si on ne veut attraper des infections, on ne peut pas porter une seul serviette pendant toute la journee.il faut au moins changer de serviette 3 fois la journée (matin, midi et soir). Mais, ça dépend de la quantité et la fréquence de l'écoulement du sang. Il y a ceux qui peuvent se changer plus de 3 fois la journée. Dans les conditions normales, il faut prendre douche à chaque changement de la serviette avec du savon pour éviter les mauvaises odeurs et les maladies dues au manque d'hygiène.

Bref, pour une meilleure gestion hygiénique pendant la période menstruelle, chaque fille a besoin des protections hygiéniques en quantité suffisante, des sous-vêtements bien lavés et séchés ou repassés, de l'eau potable accompagnée du savon pour se laver, ainsi que la place appropriée pour se changer.»(N.C., 24 ans, département de Géographie)

Quand á N.E.de la faculté des sciences économique au campus mutanga, la gestion de l'hygiène menstruelle renvoie au changement de protections hygiéniques plusieurs fois la

journée, lavage et changement de sous-vêtements, prendre douche maintes fois lorsque l'on est en période de règles. En comptant sur ses doigts, elle nous énumère le minimum des besoins indispensables dans la gestion hygiénique des menstrues : « pour une bonne gestion, il faut au moins des serviettes en quantité suffisante, au moins quatre par jour pour pouvoir changer à n'importe quel moment, des sous -vêtements propres, de l'eau propre ainsi que du savon pour se laver les mains avant et après le changement de serviette. Dans mon expérience menstruelle ces choses- la ne doivent pas manquer. Mais il y a des cas où je manque de l'eau ou du savon, par exemple, ici au campus ça ne m'empêche pas de changer mais j'obtiens des inquiétudes car je sais très bien que mon corps est sensible aux infections vaginales.»

H.O, est une étudiante externe de l'université du Burundi dans la faculté des lettres et sciences humaines dans le département de géographie en bac II. Elle a 24 ans. Elle est née à Mwaro dans la commune Rusaka. Actuellement elle habite à Kamenge, dans la commune Ntahangwa en Mairie de Bujumbura. Elle se présente aux cours d'avant midi et y reste pendant la pause pour attendre le cours de l'après-midi et elle rentre à 18h. H.O, nous a été très utile lors de notre entretien, elle a répondu aisément aux questions en posant sa main sur sa bouche avec un petit sourire. Selon elle, gérer ses menstrues en général c'est bien s'entretenir pendant cette période : « faire l'hygiène du corps (se laver régulièrement), porter des protections hygiéniques à temps, laver régulièrement les sous-vêtements.»

I.A, n'est pas loin des autres mais elle ajoute que la gestion menstruelle sans avoir raser les poils aurait des lacunes car ça peut casher quelques microbes qui peuvent provoquer des infections d'un moment à l'autre: « Eeeh moi je pense que c'est quand une fille pratique l'hygiène sur ses parties intimes comme raser les poils pour empêcher les restes du sang qui peuvent causer des bactéries sur son sexe, Changer les serviettes hygiéniques plusieurs fois par jour, se laver après avoir changé la serviette, laver et exposer au soleil les tissus réutilisables et les sous-vêtement puis les repasser si possibles pour éviter les maladies infectieuses. »

Ainsi, les étudiantes externes des différentes facultés essaient de mettre en évidence ce qu'elles pensent sur le « concept gestion de l'hygiène menstruelle ».Ces explication qu'elles nous donnent ne sont pas loin des définitions livrées par les experts en matière de la santé

L'OMS et de l'UNICEF dans le domaine de l'eau et l'assainissement résume en tout le besoin nécessaire pour gérer les menstrues de manière hygiénique et nous fait remarquer que ce domaine est indispensable dans toute sa totalité. Les femmes et les adolescentes utilisent un matériel de gestion des menstruations propre pour absorber ou collecter le sang, qui peut être

changé en toute intimité aussi souvent que nécessaire pendant la durée des menstruations. Elles utilisent également du savon et de l'eau pour se laver le corps selon leurs besoins, et ont accès à des installations (OMS, UNICEF, 2014). Le programme de WaterAid soutient en disant qu'elle est axée sur les connaissances et les comportements nécessaires à une bonne hygiène menstruelle, notamment pour les comportements d'hygiène personnelle (utilisation de matériaux propres, possibilité de se changer et de se laver selon les besoins) et publique (élimination des protections usagées)[43].

Beaucoup affirment qu'une mauvaise hygiène menstruelle entraîne des risques pour la santé, notamment des infections de l'appareil génital. Il est possible qu'il existe certains risques. Ainsi, le risque d'infection pourrait être plus élevé durant les règles, le col de l'utérus étant ouvert pour laisser passer le flux menstruel. Par ailleurs, certaines pratiques sont susceptibles d'augmenter le risque d'infection (réutilisation de serviettes hygiéniques jetables, utilisation de tissus sales ou humides, insertion de serviettes hygiéniques dans le vagin, etc.)[44]

En ce qui est des risques d'infections vaginales, K.C étudiante de l'UB affirme avoir été infectée pendant leurs règles

K.C : « Je n'oublierai jamais cette semaine, heureusement que les douleurs étaient déjà disparues. C'était pendant les derniers jours de mes règles, avec la main dans la jupe, je me grattais sans cesse. J'ai attrapé ces infections à la toilette je sais bien, car pendant les règles nous nous rendons à la toilette pour se changer, nous utilisons ces bouteilles en plastique salles que nous y rencontrons et la toilette même n'est pas torchonnée. Tu le sais je crois.»

---

[43] HOUSE S. & al., menstrual hygiene matters: a resource for improving menstrual hygiene around the world, 2012. Disponible à l'adresse, p.15: www.wateraid.org/mhm

[39]Ibidem. p.18

III.2. La perception des règles.

En ce qui est de la perception des règles, les réponses des informatrices divergent, il y a celles qui conçoivent les règles comme caractère normal et naturel pour la fille et d'autres y trouvent quelques choses de fardeau.

Selon N.C, les règles ne sont pas tabous ou souillures comme beaucoup le pensent, c'est plutôt le bon fonctionnement du corps de la femme et symbolise la fertilité:« hmmm ha!! ikiringo kirenze ntaraja mu gishoze ndagira ubwoba (si je dépasse ma période sans avoir mes règles, je panique (igishoze (la chose) est l'euphémisme utilisé pour exprimer les règles ou menstrues). La présence des règles est parmi les symboles de la fertilité, imaginer si ça n'apparait pas. D'où alors les menstruations sont normales ».

H.O, N.A.B, et I.A, mettent l'accent sur le caractère normal et naturel des règles.

HO : « c'est quelque chose de banal les menstruations dans la vie. C'est quelque chose qui arrive à chaque mois, ça fait partie du quotidien, c'est ma vie en général »

N.A.B et I.A répondent de la même manière : « pour moi ça fait aussi partie de ma vie féconde. C'est symbole de la fertilité, donc qui ne voit pas ses règles à mon âge, est stérile je crois. »

Selon H.F un étudiant en économie, « la menstruation est symbole de la fécondité des filles et femmes, elle apparait pour rappeler à la fille qu'elle puisse concevoir d'un moment à l'autre ». La menstruation est un signe essentiel de bonne santé malgré tout cela. C'est un processus biologique normal. Le sang menstruel est expulsé par le corps à l'absence d'une fécondation, ce qui symbolise le bon fonctionnement de l'appareil génital féminin.

La menstruation est un processus naturel lié au cycle reproducteur des femmes et des filles. Elle est également un signe de bonne santé et de croissance. La menstruation n'est pas une maladie »[45].

En ce qui est de la conception des règles, N.E, exprime que c'est à la fois la honte et le phénomène physiologique : « je te donne l'exemple, à l'école primaire, j'entendais nos ainées parler des histoires des règles, tout comme elles parlaient de la sexualité, j'avais moi aussi l'envie de les voir apparaitre un jour sur moi. Imaginer si j'atteignais cet âge sans les voir

[45] House et al, 2012, op.cit., p.49

apparaitre, est ce que ça serait normal ? Je suis vraiment contente de voir mes règles chaque mois malgré les douleurs ça symbolise le bon fonctionnement de mon appareil génital. »

De l'autre côté, N.E nous fait également comprendre que même si les règles sont normales, elles ne sont pas vraiment agréables à voir .Ca présente de la honte lorsque quelqu'un a taché sa jupe. Elle dit ceci : « Mais à part cela, gutasha birasarisha (c'est honteux de tacher). Mon cher il faut comprendre, tout ce qui est physiologiquement normal n'est pas présentable notamment lorsque l'on parle des parties intimes. Les règles deviennent honte lorsqu'elles sont exposées ou découvertes par les collègues notamment les garçons. Si tu veux, je te donne l'exemple, je me souviens étant en 6eme année de l'école primaire, l'autre fille a eu ses règles, peut être que c'était la menarche, l'enseignant l'a envoyée au tableau pour résoudre un problème, nous avons vu une grosse tache de sang sur sa jupe, nous avons eu peur, mais les filles les plus âgées ont éclaté de rire, cette information a circulé sur tout l'établissement. Tout le monde la regardait et certains même présentaient des commentaires stigmatisant, ari mu kwezi (dans la lune) .Elle a pleuré.»

Comme nous l'avons remarqué, la conception des règles diffère de l'individu à l'autre. Apres N, E qui les conçoit comme un phénomène physiologique normal et en même temps comme la honte lorsque l'individu est discrédité, C.D qui est vulnérable des douleurs les conçoit comme une fatalité, un fardeau qui découle de la punition Divine après le péché de l'homme :

« Bon au fait, moi je pense que c'est un inconvénient du pécher, la bible dit que la femme engendra en saignant. Oui, c'est biologique, c'est naturel, j'aime ça, mes menstruations, Dieu les a créées ainsi mais c'est vraiment douloureux, c'est fatal. »

La position de C.D s'explique d'une part par le fait qu'elle vit un syndrome prémenstruel qui la plonge dans un état dépressif grave selon elle. Elle essaie d'utiliser des médicaments naturels comme le thé vert, les feuilles de l'épinard pour soulager les douleurs mais ça ne change rien. Elle rate les cours et les autres travaux académiques, De l'autre part, le fait d'avoir ces malaises de l'écoulement du sang est une punition que Dieu a donnée à Eve car elle a péché.

A travers un exemple, N.N, conçoit les règles comme un phénomène physiologique normal. Elle ajoute même que les règles revoient a l'expulsion de saleté dans son corps, mais également il y a un peu de honte : « Je te donne l'exemple d'une amie obèse qui vient de passer presque une année sans avoir ses règles, elle est vraiment très gênée, elle fréquente des églises pour chercher la guérison au moment où le docteur l'a obligée de faire du sport , partant de cette

exemple, l'apparition des règles est vraiment normale tandis que son absence est une pathologie. Oui, je peux dire d'autre part selon la conception populaire que les règles également sont une honte notamment lorsque l'on expose les menstrues à la portée des autres, y a ceux qui disent même que les filles réglées causent la malchance et ces conceptions sont fort acceptées chez nous, mais je crois qu'à l'université nous sommes murs. »

Les conceptions négatives attachées à la menstruation et qui aggravent certaines douleurs pendant la période menstruelle sont jugées fausses par WaterAid et il est recommandé de consulter un médecin en cas des symptômes graves. Ces croyances sont fausses […], Les femmes et les filles peuvent ressentir des douleurs ou de l'inconfort durant leurs règles ; ces désagréments sont normaux et ne constituent en aucun cas une maladie (bien que certaines femmes souffrent de troubles menstruels qui nécessitent de consulter un professionnel de santé[46].



Image 1. Les serviettes hygiéniques mouillées de sang jetées au coin de la toilette

[46] House et al, 2012,op.cit.p.15



Image 2. Un tas des serviettes usées jetées au coin de la latrine.

Conclusion

Dans ce chapitre, nous avons mis en évidence les connaissances des étudiantes externes sur la gestion de l'hygiène menstruelle ainsi que le sens attribué au règles .Malgré certaines divergence sur la conception des règles, il est tellement évident que les étudiantes externes de l'université du Burundi ont des informations suffisantes sur les bonnes manières de gérer les menstrues. La serviette hygiénique, l'endroit adéquat et bien équipé sont les outils nécessaires pour la bonne gestion de l'hygiène menstruelle.

Le but d'aborder l'approche biomédicale de menstruation est de montrer que ce phénomène est un processus biologique normal et que les notions de rejet, privation, exclusion et discrimination, honte, humiliation, malédiction adressées aux personnes menstruées méritent d'être mis en cause car c'est un phénomène physiologique caractérisé par un écoulement sanguin périodique dû à l'élimination de la muqueuse utérine, se produisant chez la femme, lorsqu'il n'y a pas eu fécondation .

CHAP IV : LES DEFIS ET IMPACTS DE LA GESTION DE L'HYGIENE MENSTRUELLE.

La question de la participation aux cours pendant les règles a été analysée chez les étudiantes externes du campus Mutanga. Il s'agissait surtout de savoir si les menstruations ont un impact sur la participation aux enseignements et donc, potentiellement, sur la performance éducative des étudiantes.

Compte tenu des avis des informatrices et des observations faites, nous avons compris que les étudiantes de l'université du Burundi en général et les étudiantes externes du campus Mutanga en particulier rencontrent différents défis en matière de gestion des règles dans leur milieu d'apprentissage ce qui doit avoir un impact négatif sur leur performance éducative.

Les infrastructures sanitaires qui ne favorisent pas la gestion hygiénique et intime, le manque de protections hygiéniques et des antidouleurs à temps à cause de la pauvreté, le tabou et le silence attachés aux règles favorisant la perte de la face sont des obstacles majeurs impactant sur la participation aux cours selon les répondantes.

IV.1. Les installations sanitaires inadéquates.

Dans de nombreux pays en voie de développement, les femmes et les filles en période menstruelle font face aux nombreux défis liés au manque d'un endroit sûr et sécurisé pour changer leurs protections hygiéniques, pour se laver et pour laver et sécher leurs serviettes hygiéniques lorsqu'elles sont réutilisables.

Des installations d'eau et d'assainissement inadéquates rendent la gestion des menstruations très difficile, et de mauvais matériaux de protection hygiénique peuvent entraîner des vêtements tachés de sang, provoquant le stress et l'embarras pour les filles et les femmes en leur milieu d'apprentissage. Les enseignants (et les membres masculins du personnel en particulier) peuvent ignorer les besoins des filles, refusant dans certains cas de les laisser visiter les latrines (House et al ,2012 :23)

Pour la bonne gestion de l'hygiène menstruelle dans un milieu fréquenté comme le campus Mutanga les serviettes hygiéniques déjà usées ont besoin d'être collectées et traitées d'une manière qui ne détruit pas les règles de l'environnement. Ainsi donc, nous nous permettons d'affirmer que le domaine de l'eau, d'assainissement et d'hygiène(WASH) reste irremplaçable

dans la notion de gestion de l'environnement et de la santé féminine notamment pendant la période menstruelle.

Douze informatrices que nous avons consultées disent qu'elles ne sont pas satisfaites de l'état d'hygiène des infrastructures sanitaires du campus Mutanga. Elles disent que l'absence de l'eau potable et des toilettes bien équipées en savons et poubelles permettant d'éliminer les microbes et de collecter des serviettes déjà utilisées surtout peut être à l'origine de leur absentéisme de peur qu'elles puissent attraper des infections vaginales ou autres maladies liés au manque d'hygiène ou encore de peur qu'elles puissent être humiliées par les collègues lorsqu'elles manifestent des taches ou des mauvaises odeurs en publique.

N.C. ferme les yeux avant de répondre quand nous lui demandions son attitude sur l'état de lieu des installations sanitaires du campus Mutanga en rapport avec la gestion hygiénique des menstrues : « yooo, j'y fréquente très rarement, quelques fois je suis obligée de m'abstenir car c'est très salle. Cet endroit favorise moins le changement de serviette hygiénique car l'eau est insuffisante presque inexistante, pas de poubelles pour déposer les serviettes utilisées, en plus, c'est plus puant.
En général, la gestion de l'hygiène menstruelle étant étudiante externe est difficile à l'université du Burundi car en plus de la pauvreté pour s'acheter des serviettes, il est difficile d'obtenir un endroit propice pour se changer. Lorsque je suis au campus, je me rends aux toilettes de la faculté des sciences, au moins cet endroit est un peu approprié.il y a des poubelles et de l'eau même si elle n'est disponible toujours, sinon je rentre à la maison.ni hatari man (mot kiswahili pour dire c'est un problème monsieur) »

A ce sujet, N.E, sourit en répondant et nous présente quelques lacunes qui sont à la base de la précarité menstruelle pour les étudiantes externe de l'Université du Burundi : « oyaaa!!!,oya n'ukuri !!! Mana,harya hantu oyaaa!!!(non, non vraiment, mon Dieu, cet endroit non !!!),Imaginez, il n'y a pas d'hygiène, c'est trop salle, puant, il n'y a pas d'eau, on ne les nettoie pas convenablement. Nous y allons parce que nous n'avons pas d'autre choix, en changeant les serviettes, moi je préfère contacter une amie interne qui aurait la chambre au campus, elle me donne la clé et je vais m'y changer. Si je manque je préfère attendre midi lors de la pause pour aller me changer à la maison car ce n'est pas trop loin du campus. »

Nous avons également voulu entendre ce que N.A.B, de la faculté d'économie dit à propos de l'endroit pouvant être considéré comme propice pour la gestion hygiénique des menstrues.

Selon elle, l'endroit préféré devrait être propre, disposant un savon, l'eau et une poubelle ou un seau usé pour y déposer les serviettes déjà utilisées. Pour gérer ses menstrues, elle contact elle aussi une amie qui disposerait de la chambre au campus pour aller se changer.

C'est à partir cette réponse qu'elle fait un commentaire sérieux sur l'état de lieu des infrastructures sanitaires du campus Mutanga. Elle décrit l'endroit de manière suivante : « Il n'y a pas d'eau suffisante, l'endroit n'est pas bien nettoyé, Imaginez, quand on est en période on est exposée aux risques de maladies. Hmmm,! school wapi kweri? Il y a un problème de pénurie d'eau, et sans eau je ne peux rien faire. Moi j'ai peur de cet endroit, je ne peux pas y aller pendant le moment des règles. Je demande la clé à ma collègue interne et je me rends dans sa chambre pour me changer car là-bas il y a les douches. Si je sens des douleurs je ne retourne pas à l'auditoire, j'y reste. »

Notre informatrice n'a pas cessé de témoigner son expérience menstruelle. La pénurie d'eau que ce soit au quartier ou au campus est également un obstacle que rencontrent la plus par des étudiantes en période menstruelle et qui cause leurs absences la plus par des fois. Elle nous dit ceci : « Pour moi, les douleurs ne m'empêchent pas de me présenter au cours, mais je m'absente souvent lorsque je manque de l'eau au quartier pour me laver le corps le jour de mes règles. Je ne peux pas me présenter ayant une mauvaise odeur et je sais également au campus je ne peux pas me laver. Mais, y a d'autres qui manquent le matériel de protection pendant les règles, elles s'absentent souvent. Mais je pense que ces cas ne sont pas très fréquents à l'université »

Pour C.D, il est nécessaire de se laver avant et après le changement. L'eau potable et le savon sont toujours indispensables dans cet acte. Dans ses paroles, elle fait des observations et critique les infrastructures sanitaires publiques notamment celles de l'université du Burundi.

« S'ils avaient pensé à la gestion d'hygiène des filles, ils auraient pu construire au moins un petit coin au près des toilettes des filles, bien équipé en eau, savon et poubelle afin de faciliter l'intimité et l'hygiène pendant leur menstruation »

Elle nous donne également, un exemple concret qui critique les installations sanitaires dédiées aux étudiantes à l'université : « A l'IPA, lorsque j'étais en première année, je me suis rendu au petit besoin pendant le cours. Au lieu de toquer, j'ai ouvert brusquement la porte, et quelqu'un changeait sa serviette. Ça humilie cas même. »

En ce qui est de l'impact de la précarité menstruelle sur l'expérience éducative des étudiantes externes, elle témoigne ceci : « Si je manque de l'argent pour m'acheter les serviettes je

m'absente, ouii, ça peut arriver .Ou bien par exemple au campus lorsqu' il n'y a pas d'eau aux sanitaires et lorsque cela se combine aux douleurs, je manque du courage je rentre. Je peux même préfère rester à l'auditoire mais n'étant pas à l'aise et je ne suis pas capable de bien suivre les cours. »

D'où alors, la disponibilité de l'eau potable, et des infrastructures sanitaires favorisant la gestion intime des menstrues sont indispensables pour la santé et le bien-être de l'être humain et plus particulièrement de la femme ou la fille en période menstruelle.

Les propos de ces étudiantes sont appuyés par l'Organisation Mondiale de la sante. Cette dernière affirme que les services d'eau potable, d'assainissement et d'hygiène gérés de manière sûre sont non seulement un préalable indispensable à la santé mais contribuent aussi aux moyens de subsistance, à la fréquentation des établissements scolaires et à la dignité des personnes et aide à créer des communautés résilientes vivant dans des environnements sains (OMS, 2018 :5).

C'est dans cette perspective de l'OMS que nous pouvons remarquer le rôle de l'eau et de l'assainissement dans la gestion sécurisée de l'hygiène menstruelle notamment dans le milieu académique pour que les filles et les garçons puissent suivre les cours de manière equitable.

Par conséquent, le programme WASH qui constitue l'organe central de ce domaine est négligé notamment dans certaines places publiques des pays en voie de développement.



Image 3. Les infrastructures sanitaires du campus Mutanga.



Image 4. Les robinets secs des installations sanitaires du campus Mutanga



Image 5: Des serviettes hygiéniques jetables déjà usées qui trimbalent aux alentours des installations sanitaires du campus mutanga

IV.2. Le tabou attaché aux règles

Le sujet des menstruations est un sujet désigné comme tabou dans le monde et notamment dans nos sociétés africaines. Les filles ou les femmes réglées sont rejetées à cause de ces représentations que le monde social exerce sur le monde individuel.

Le tabou découle d'un devoir d'autocontrôle à charge des femmes menstruées. Elles ne doivent ni laisser voir, ni laisser entendre qu'elles ont leurs règles. Celles qui échouent sont réprimandées par le tribunal de l'opinion publique (LAHAYE, 2018 :4).

La majorité des répondantes lors de notre entretien affirment être stressées pendant la période menstruelle notamment lorsque cela arrive brusquement sans se préparer ou bien lorsqu'elles manifestent une trace.

Dans notre interview, la thématique des taches de sang revient dans toutes les entrevues. Selon différentes répondantes, l'exposition des taches du sans menstruel constitue la première source de la honte et du rejet que connaissent les femmes et les filles en période menstruelle.

N.E, a répondu à la question concernant le tabou attaché aux règles : « gutasha birasarisha man (c'est honteux de tacher) »

C.D se souvient des menaces qu'elle a subits lorsqu'elle était à l'école secondaire quand elle a été rejetée par quelques amis de classe et accusée de causer la malchance dans la période d'examen : « J'ai taché beaucoup de vêtements à cause de mes règles imprévisibles lors des premiers mois, mais j'ai aussi pollué banc pupitre en pleine examen de mathématique un jour et j'ai été accusée d'avoir causé la malchance aux collègues, ce jour-là reste dans ma mémoire. »

Pour C.D, ce n'est pas facile de gérer les menstrues quand on est à l'école car on doit se présenter avec des serviettes aux cours ce qui est humiliant quelques fois. Elle dit ceci : « Imaginez si quelqu'un ouvre brusquement le sac à main, ou si la serviette tombe par mégarde, moi j'aurais honte à jamais. »Elle éclate le rire.

A.C.de la faculté de droit nous témoigne la vraie honte qu'elle a connue au campus Mutanga le jour où elle a demandé à sa professeur la permission de rentrer à la maison pour se reposer car elle avait des douleurs pendant ses règles : « Ce qui est étonnant c'est que les femmes ne veulent pas nous comprendre la plupart des fois. » Elle agite la tête. « Mais, pourquoi les hommes nous comprennent et nous laissent partir ? Ce jour-là je me sentais très mal et j'avais envie de vomir, je me suis adressée lentement à la professeure pour demander la permission et j'ai parlé à voix basse. Elle m'a obligée de parler à haute voix pour que les autres entendent. J'ai refusé car c'est honteux cas même. La professeure dit à haute voix : « Avuze ngo ari mu maraso ça veut dire quoi ? », tout le monde a éclaté de rire. J'ai risqué de pleurer. »

Pour I.A, il y a aussi des interdits en rapport avec les règles qui sont vraiment difficiles à respecter. Elle nous dit que ça ne devient pas facile quand son père plante des aubergines, aucune n'a le droit de piétiner dans son champ : « Tu ne dois pas passer dans le jardin de concombres, tomates, piment ou aubergines quand tu as tes règles car tu risques de faire pourrir les fruits du jardin. Mon père nous interdits d'y passer à côté même. Nous respectons puisque c'est ce qu'on nous a dit quand nous étions un peu plus jeunes. »

Pour N.A.B, il est vraiment très stressant lorsque tu expose le sang menstruel étant ensemble avec les garçons. Elle dit ceci : « Si tu es avec les garçons, tu deviens très stressée, tu ne peux pas te tenir debout, tu perds de l'équilibre. Si les garçons découvrent que tu es en période, ils ne savent pas s'abstenir, ils sont comme des petits enfants, des rires, de chuchotements, même s'ils parlent d'autres choses, tu as toujours l'impression qu'il s'agit de toi »

Ces propos de N.A.B nous montrent que le sang menstruel n'est pas vraiment présentable à la vue du monde notamment au sexe opposé. Tout cela découle des représentations négatives et des stéréotypes qui s'y attachent car nombreuses croyances reprennent le thème de l'impureté et écartent la femme réglée des grandes étapes de la vie communautaire. Ces mauvaises conceptions des règles perturbent la sûreté de la femme ou de la fille en cas de gestion des menstrues alors que c'est un droit. Puisque ces pensées sociales, légendaires ou mythologiques attachant un pouvoir maléfique ou une souillure au sang menstruelle sont d'une grande force, les filles ou plus particulièrement les étudiantes qui manifestent un signe d'être en ce période doivent coltiner le fardeau de la honte et de la peur du rejet de la part de leurs pairs notamment des garçons. Elle témoigne encore : « Un jour je suis entrée dans la toilette là-bas sous les amphithéâtres de l'Economie, quelqu'un sort brusquement, je vois une serviette remplis de sang frais au coin, directement j'ai changé de direction car ce n'est pas agréable, la fille même a eu honte, elle est disparue tout de suite sans même se laver les mains.»

IV.3. La pauvreté.

Parmi les facteurs qui handicapent la meilleure gestion de l'hygiène menstruelle des étudiantes, la pauvreté aussi prend une place non négligeable. Dans notre entretien, les membres de cette échantillon ont évoqué à plusieurs reprises les prix inabordables des protections hygiéniques ainsi que les douleurs qui peuvent nécessiter l'achat des médicaments selon qu'elles soient intenses ou non. La majorité des répondantes affirment avoir des menstruations durant généralement entre deux et sept jours et disent que les plus vulnérables sont celles dont les règles durent longtemps car il leur est obligé d'utiliser plusieurs pièces de protection hygiéniques.

H.N, étudiante de la Faculté des Lettres et Sciences Humaines nous explique comment il ne lui est pas facile de gérer ses règles chaque mois suite à la pauvreté : « pour moi, les règles durent au moins cinq jours et elles sont toujours abondantes de façon que je change mes protections au moins 3 fois par jour. Imaginer alors ça me consomme alors plus de 10000frbu chaque mois et toi tu sais, la petite somme trimestrielle que je reçois ne peut pas tenir même un seul mois si je ne suis pas soutenue par mes parents, si la question des règles arrive en cas d'insuffisance, je contracte des dettes ici et là et si je manque ce jour je ne peux pas me présenter aux cours et je crois il n'y a pas de rattrapage.»

Pour C.D ce n'est pas seulement le prix élevé des serviettes hygiéniques importées qui handicape la meilleure gestion des menstrues, mais également le prix élevé des antidouleurs notamment à celles qui ont un syndrome prémenstruel ou qui reçoivent des symptômes douloureux pendant les règles.

C.D utilise quelque fois des médicaments naturels comme antidouleurs pour remplacer ces médicaments chers : « Les miennes sont très douloureuses, je ne peux pas tenir plus d'une semaine sans antidouleurs. Imagine quatre jours avant l'arrivée des réglée et 6jours de règles proprement dites, j'ai des menaces de vomissements, nausée, maux de tête, maux de dos, des maux au niveau de l'abdomen, je ne mange rien, Mes collègues m'ont conseillé de boire le thé vert ou le jus des feuilles de l'épinard mais en vain, et les antidouleurs sont chers, plus les serviettes, c'est un pur fardeau. »

Pour C.D, la précarité financière est vraiment un facteur handicapant la gestion libre de l'hygiène menstruelle et dans ce sens elle exerce un impact sur sa performance éducative. Elle nous témoigne qu'à part les douleurs qui la menacent pendant cette période, le manque de protections hygiéniques suffisantes l'empêche de se présenter régulièrement au cours : «Si ça devient plus douloureux je dois acheter des antidouleurs, et si je manque de l'argent ?je me rends au lit. Lorsque je termine deux paquets de serviettes, y a des cas où je manque la troisième pour terminer la periode.je reste à la maison, je n'ai pas d'autre choix »

Ce n'est pas la même chose pour son amie N.C, elle n'a jamais connu la pauvreté menstruelle car sa mère étant fonctionnaire de l'Etat leur achète des protections hygiéniques chaque mois. N.C et sa grande sœur reçoivent chacune quelques paquets de serviettes jetables avant de descendre à Bujumbura pour les études. « Moi je n'ai jamais eu un problème de serviette, ma mère nous achète assez à chaque mois. Dans ma valise j'ai quelques paquets, si je les consomme tous je téléphone ma mère pour m'envoyer de l'argent. Vraiment j'ai pas problème ».

Même si elle n'a pas de problème financier pour s'acheter des serviettes jetables, N.C, affirme que ce phénomène exerce un impact sur la productive des filles étudiantes : « L'impact sur la productivité des filles ne peut pas manquer. A la maison, mes camarades me demandent secours si elles n'ont pas des serviettes, je peux leurs donner quelques pièces, mais s'il s'agit de tout un paquet, elles doivent me le remettre lorsque nous obtenons de la prêt bourse et je me demande comment elles procèderaient si je n'en avais pas. »

Les réponses des différentes informatrices sur la précarité financière des étudiantes externes de l'université du Burundi en matière de gestion de l'hygiène menstruelle reviennent. Si un paquet de serviettes jetables de 10 pièces coute 4000 fbu, quelqu'un qui change une serviette 4 fois par jour utilise 3 paquets de serviettes pendant 7 jours, donc 4000fbux3=12000fbu par mois. Cette somme n'est pas facilement abordable chaque mois par les étudiantes externes après avoir mangé et payé les frais de loyer et de déplacement.

IV.4. Problème de gestion des douleurs

Après le problème de manque des protections hygiéniques, de tabou menstruel ainsi que d'inadéquation des installations sanitaires, notre attention se porte sur les douleurs qui peuvent accompagner les menstruations. Nommées dysménorrhées, ces douleurs ne sont pas nécessairement liées à une maladie ou un dysfonctionnement gynécologiques. Elles ne sont pas similaires selon les étudiantes interrogées, en termes de type de douleurs, d'emplacement, mais aussi en termes de durée et de fréquence. L'intensité des douleurs est également très variable d'une participante à l'autre. Elles peuvent ne pas être violentes, plutôt fortes ou intenses, et impactent donc différemment sur la performance éducative des étudiantes externes du campus Mutanga. La dysménorrhée désigne des douleurs qui apparaissent pendant les règles, plusieurs jours par cycle, durant des années. Les douleurs menstruelles sont généralement localisées dans le bas-ventre, mais peuvent s'étendre dans le dos, voire jusqu'aux jambes. Les douleurs surviennent lorsque le saignement débute ou quelques jours avant. Elles durent 2 à 3 jours et s'accompagnent parfois d'autres symptômes tels que les boutons, les maux de tête des nausées, les vomissements, un gonflement des seins et du ventre la fatigue, une sensibilité plus forte et des variations d'humeur[47].

Lors des entretiens, la question de l'impact du syndrome prémenstruel et des menstruations sur l'activité académique a été abordée. Les symptômes les plus dérangeants le plus fréquemment mentionnés par les répondantes sont, comme vu plus tôt dans cette analyse, les pertes d'énergie, les nausées, les maux de ventre,… D'après leurs témoignages, pour une majorité des participantes, ces symptômes ont un impact sur leurs productivités académiques.

Concernant les douleurs, N.C affirme qu'elle a des douleurs sérieuses avant et pendant les règles :« Mon frère, ce n'est pas à badiner (s'exprime –t-elle avec une figure furieuse).Mes

[47] https://www.hug.ch/enfants-ados/sites/interhug/files/documents/douleurs_menstruelles.pdf

douleurs abdominales apparaissent sous le nombril au moins trois jours avant les règles, au cours des réglés les douleurs deviennent plus intenses et ça me rend très faible (kiranca amazi) .Quelques fois, je m'absente aux cours ou bien je rentre à la maison pour dormir afin de soulager les douleurs.(et si tu rentres pendant le cours, tu demandes permission ?) ;non je ne dis cela á personne. J'ai honte d'évoquer le phénomène des règles devant un vieux professeur dont l'âge est équivalent à celui de mon grand-père. (Pourquoi ne pas prendre des antidouleurs ?), Ma grande sœur m'a interdit de prendre des antidouleurs pendant les règles car ça diminue la résistance du corps ».

N.C, affirme bel et bien qu'elle a déjà raté des cours maintes fois et que cela doit avoir un impact sur sa productivité : « Imaginer si les douleurs persistent, peut-tu-te concentrer au cours ? Ça me devient impossible. Quelques fois je dors sur mon bas pupitre. Pour éviter de mécontenter l'enseignant, je rentre tôt. Il arrive des cas où je m'absente complètement notamment si je me réveille avec des douleurs ou quand je manque de l'eau pour prendre douche le matin car toi aussi tu sais, l'eau n'est pas facilement accessible dans ce pauvre quartier. Cela doit avoir un impact sur la réussite, Imaginer quand tu t'absente 3 fois successives aux cours, est-ce que tu peux le comprendre ? je ne crois pas. Mais ça dépend du cours quand même. Dans ce cas je panique pendant l'examen, je dois chercher des tuyaux en quantité suffisante. Pour les autres, je cherche mes collègues pour m'expliquer (ndondera abajama bakanteza). Mais il faut savoir que l'étudiant reste toujours un apprenant, il t'explique ce qu'il a pu obtenir, tu ne peux pas mieux comprendre le cours c'est là où réside la première perte. Pendant l'examen, l'enseignant peut examiner sur les notes d'explication qui ne figurent pas au syllabus, dans ce cas-là tu échoue. »

Sauf qu'elle s'absente au cours, N.C, n'a jamais raté l'examen ou le travail pratique à cause des règles, selon cette informatrice, il est difficile ou impossible d'obtenir un examen de rattrapage car les enseignants demandent des papiers médicaux provenant des hôpitaux bien connus et ces derniers ne sont pas faciles à obtenir : « je n'ai jamais raté l'examen ou le travail pratique à cause des regles.je doit essayer à ce que je me présente. Mais je ne peux pas travailler étant à l'aise. Cela peut être également l'origine de l'échec. La préparation également de l'examen est difficile pendant cette période »

N.E, aussi nous dit qu'elle reçoit des sensations douloureuses lorsqu'elle est en période des règles, elle dit qu'elle a des migraines, des envies de vomir, de douleurs abdominales, et au niveau de la colonne vertébrale. Dans ce cas ça lui devient très difficile de bien suivre les cours.

En ce qui est de l'impact sur son expérience éducative, mais également sur les interactions avec ses alentours, elle nous fait savoir que la précarité menstruelle en général est parmi les facteurs qui perturbent la réussite des filles et qui leur empêche d'avancer aux même conditions que les garçons .Ce problème se manifeste beaucoup plus lorsque l'on a des douleurs insupportables, ou si on manque les moyens pour s'acheter des serviettes hygiéniques, ou bien lorsque l'endroit dans lequel on est ne favorise pas la gestion intime des règles : « Lorsque je sens des douleurs, je m'absente au cours, ou si j'ai de l'argent j'achète des médicaments pour soulager les douleurs. Il arrive des cas où je me retrouve dans l'incapacité de m'acheter des serviettes, c'est discret cas même pour une fille de l'Université de contacter mon père en lui demandant l'argent pour acheter des serviettes, plutôt je demande secours aux amies, et si je n'obtiens pas assez, inutile de me présenter en classe. »

H.O habite actuellement à Kamenge, dans la commune Ntahangwa en Mairie de Bujumbura. Elle se présente aux cours d'avant midi et y reste pendant la pause pour attendre le cours de l'après-midi et elle rentre à 18h. Lors de notre entretien, nous nous sommes rencontrés au campus Mutanga le week-end. Le rendez-vous avait été réalisé sur téléphone. Après la conversation, elle a accepté de me chercher ses amies pour le même entretien.

En ce qui est des douleurs, H.O, nous révèle sa différence par rapport aux autres. Etant à l'école secondaire, elle avait des douleurs quelques jours avant l'apparition des règles ce que nous appelons le syndrome près-menstruel, mais arrivée à l'Université en Mairie de Bujumbura, les douleurs ont disparus: « je sens quelques symptômes, mais ce ne sont pas vraiment des douleurs proprement dites. Dans ce cas, je me prépare en achetant des protections hygiéniques et du savon qui restent permanant dans mon sac à main jusque le jour de la disparition des règles. Mais je sais bien qu'il y a vraiment des collègues qui souffrent de manière plus effrayante lorsqu'elles atteignent cette période ».

Ces propos de H.O montrent que les douleurs dues aux règles ne sont pas de même intensité pour tout le monde. Elles changent d'une période à une autre, et les filles ne souffrent pas toutes de la même manière.

Concernant l'impact de la menstruation sur la performance éducative, H.O dit ceci : « l'impact des règles ne peut pas manquer même si ce n'est pas évident. En ce qui me concerne je ne m'absente pas à cause des douleurs dues aux règles. Je ne peux pas également manquer des serviettes car lors de l'obtention du prêt-bourse je songe d'abord à l'achat des serviettes suffisantes, Mais je ne peux pas ignorer qu'il y a d'autres qui souffrent beaucoup lors de cette

période. Il y a celles qui rentrent à la maison pendant les cours car elles ne sont pas capables de résister, de nombreuses absences des filles sont dues au syndrome prémenstruel ou aux douleurs pendant les règles. On peut s'absenter même par manque de serviettes pour mieux se protéger. Dans ce cas-là, le prof enchaine le cours, il peut faire l'appel ou peut donner même du TD (travail dirigé) et là il n'y a pas de rattrapage. »

N.E n'est pas loin de H.O, elle répond en éclatant de rire. Elle nous révèle comment les douleurs varient d'une circonstance à l'autre et d'une personne à l'autre. Elle dit ceci en éclatant de rire : « urancorere n'ukuri (pour dire que j'aille lui donner de l'argent après l'entretien), So.., juste les douleurs dues aux règles ne sont pas identiques selon les personnes et selon les circonstances. Y a ceux qui souffrent beaucoup et qui ratent même l'examen si elles ne se rendent pas au dispensaire ou à la pharmacie pour acheter des antidouleurs. »

Elle nous parle alors de son expérience menstruelle en ce qui concerne les douleurs : « bon…,au fait jewe igishoze kiravaria (igishoze euphémisme utilisé pour désigner les règles) juste avant l'apparition des règles, je sens des symptômes mais qui ne sont pas sérieusement douloureuses, je suis faible, je baille, j'ai des migraines, j'ai envie de rester assise, je somnole… Quelques fois ces signes disparaissent progressivement dès le premier jour de la sortie du sang. Mais ça varie, y a des mois ou je ne sens rien comme douleur. »

Dans notre entretien téléphonique, nous avons interrogé à N.E, si la précarité menstruelle ou les douleurs que subissent les étudiantes en période menstruelle ne puisse pas impacter sur leur performance éducative. Elle a pu nous donner des témoignages à partir de son expérience au campus.

Elle nous dit que les règles quel que soit leur intensité impacte négativement sur la réussite des étudiantes. Dans ses propos, elle dit ceci : « Je te dis la vérité, beaucoup de mes amies s'absentent. Moi-même je m'absente. Les règles sont douloureuses. Imaginer alors si le professeur interroge sur la matière que tu n'as pas vue ? Bon, prenons lorsqu'il fait un appel ou lorsqu'il donne un travail dirigé(TD) ? C'est ça le début de l'échec. »

Dans un autre entretien, C.D. nous parle beaucoup sur son expérience menstruelle et sur son désagrément. Comme les autres l'on confirmé, elle nous dit que les douleurs menstruelles ainsi que la quantité des saignements varient selon les individus. Pour C.D, les douleurs peuvent varier lorsque l'on change du milieu mais ce qui n'est pas le cas pour elle. Elle dit ceci : « Depuis mon école secondaire a Mugera jusqu'à l'université du Burundi, rien n'a

changé. Je ratte les cours et certains travaux suite aux douleurs. Pour moi, les règles sont la vie bien sûr, mais je dirais également que c'est un fardeau. 5 jours de douleurs intenses à l'abdomen, vomissements, nausées, migraines, faiblesses…, »

D.C témoigne que son expérience menstruelle à l'école n'est pas vraiment facile. Elle dit que même si la menstruation ne peut pas être considérée comme maladie, il fallait au moins comprendre la souffrance que certaines filles ou femmes connaissent surtout dans le milieu scolaire ou professionnel.

En ce qui est de l'impact de la précarité menstruelle sur l'expérience éducative des étudiantes externes, elle témoigne ceci : « Si je manque de l'argent pour m'acheter les serviettes, ou bien par exemple au campus lorsqu' il n'y a pas d'eau aux sanitaires et lorsque cela se combine aux douleurs, je manque du courage. Je peux même préfère rester à l'auditoire mais n'étant pas à l'aise et je ne suis pas capable de bien suivre le cours. »

Conclusion partielle du chapitre

La présentation des données dans ce chapitre porte sur les défis et impacts de la gestion de l'hygiène menstruelle. Au cours de notre interview, nous avons voulu savoir les défis rencontrés en matière de gestion hygiénique de menstrues et leur impact sur la performance éducative des étudiantes externes du campus Mutanga.

Dans notre conversation sur les défis qui handicapent la gestion intime des menstrues chez les étudiantes de l'Université du Burundi, nous avons remarqué que le faible pouvoir d'achat des serviettes et des antidouleurs, la faiblesse des infrastructures sanitaires ainsi que la persistance de la stigmatisation sont les causes les plus remarquables de la mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle dans le milieu académique.

On considère alors que tous ces défis lorsqu'ils sont mêlés aux douleurs et inconforts menstruels que connaissent les femmes en situation de règles en générale ont un effet négatif sur l'assiduité et la participation des étudiantes aux cours. De même les étudiantes ne peuvent pas s'engager pleinement dans les activités académiques si elles sont obligées de rentrer ou de s'absenter suite aux installations d'eau et d'assainissement inadéquates, au manque de matériel de protection ou à un environnement peu favorisant.

En général, toutes ces barrières que rencontrent les étudiantes externes qui passent la journée au campus en matière de gestion de l'hygiène menstruelle favorisent leur absentéisme

impactent directement sur leurs réussites. Il est alors crucial de comprendre que l'inégalité d'accès à l'éducation est un exemple plus clair de discrimination dont les femmes sont victimes.

Sachant qu'une femme est menstruée plusieurs milliers de jours au cours de sa vie, il vaut la peine d'y réfléchir. Depuis 2011, le Kenya consacre trois millions de dollars par année à la distribution de serviettes hygiéniques gratuites dans des écoles à travers le pays. De nombreux pays se sont joints au mouvement amorcé par le Kenya en 2004, dont le Canada qui a emboîté le pas une dizaine d'années plus tard[48]. Ensuite, briser le silence sur la nature taboue des menstruations pour promouvoir une bonne gestion de l'hygiène menstruelle est essentiel pour que les femmes et les filles puissent atteindre leur plein potentiel.

Il n'est pas facile de trouver des initiatives visant la distribution gratuite ou à faible coût de produits hygiéniques comme les serviettes jetables utilisée en grande partie au Burundi. Mais comme la majorité des répondants déclarent avoir des problèmes liés à la hausse des prix du matériel de gestion, le gouvernement pourrait abolir les taxes sur les serviettes hygiéniques ainsi que sur les médicaments facilitant le soulagement des douleurs dues au menstrues ou si possibles les distribuer gratuitement comme certaines nations l'ont fait pour juste renforcer la dignité de la femme dans le milieu académique et professionnel.

[48] https://gazettedesfemmes.ca/21792/combattre-la-pauvrete-menstruelle-des-solutions-venues-dailleurs/

CHAP V. LE CONGE MENSTRUEL

L'un des objectifs de cette recherche est d'évaluer la perception de ces étudiantes au sujet du congé menstruel. Ce chapitre examine bel et bien la place de la gestion de l'hygiène menstruelle dans le cadre des droits humains notamment en ce qui concerne l'Egalite des genres.

En interrogeant les participantes à ce sujet, nous pourrons espérer obtenir des informations supplémentaires sur la manière dont elles vivent leur cycle menstruel dans le cadre de leur activité académique. Nous avons interrogé douze filles et un garçon pour savoir ce qu'ils pensent sur le congé menstruel. Une courte présentation a été fournie au cours des entretiens pour ensuite laisser la possibilité aux participantes de formuler une opinion ou des réflexions à ce sujet.

Selon Bœuf, Il s'agit d'une période pendant laquelle, si on souffre de règles douloureuses, on peut prendre un ou plusieurs jours de congés, payés ou non.

Cette définition du sociologue Aline Bœuf peut nous servir de référence pour réfléchir d'une manière approfondie sur le congé menstruel dans le monde académique.

Au cours notre recherche, nous avons remarqué que certaines répondantes n'avaient jamais entendu parler du phénomène de congé menstruel.

En ce qui est du congé menstruel, N.C, dit qu'elle n'en sait rien : « c'est la première fois que j'entends parler du congé menstruel. Mais ça serait mieux d'autoriser ce congé au Burundi afin d'accorder plus de chance à la femme »

Concernant le congé menstruel, N.E, hésite « Est ce que congé existe ?, si ça existe, il fallait le permettre au Burundi notamment dans le secteur de l'éducation et exiger le rattrapage des travaux lorsque ce cas échéant se manifeste chez certaines filles.»

Même si certaines informatrices déclarent qu'elles ne savaient pas que le congé menstruel peut exister, il y a des pays au monde qui ont déjà instauré ce congé et il est considéré comme un droit parmi les droits de la femme. Selon Human Rights Watch, Savoir que ces droits existent, et quelles obligations de l'État en découlent, peut permettre aux praticiens de mieux plaider en faveur de l'intervention de l'État pour s'attaquer aux obstacles que rencontrent les femmes et les filles pour gérer leur menstruation avec dignité (2018,9)

V.1.Le congé menstruel comme une vraie bonne idée.

Dans les pays en développement, les filles manquent en moyenne 5 jours d'école tous les mois à cause de leurs menstruations. En Inde par exemple, plus de trois quart des jeunes femmes ne peuvent pas se rendre en classe quand elles ont leurs règles. En Ouganda, en Indonésie ou au Bangladesh, la puberté marque même souvent l'arrêt total de la scolarité[49].

Pour mieux comprendre ce choix de certaines informatrices, nous allons nous référer sur une enquête réalisée en France par IFOP auprès des femmes se trouvant dans le monde professionnel. Les propos de ces femmes peuvent nous servir d'exemple pour comprendre les opinions des femmes se trouvant dans un monde académique .Cette enquête de l'IFOP réalisée auprès d'un échantillon national représentatif de 1 000 salariées montre qu'une telle mesure répondrait aux attentes d'une large majorité des femmes actives qui, pour beaucoup, souffrent souvent douloureusement de leurs règles dans un cadre de travail où leur gêne est au mieux sous-estimée, au pire l'objet de railleries et de sobriquets.

66% des salariées sont favorables au congé menstruel en entreprise ;

64% des femmes concernées pourraient y avoir recours ;

66% estiment qu'une entreprise proposant le congé menstruel serait plus attrayante ;

82% des salariées craignent toutefois que le congé menstruel puisse être un frein à l'embauche ou à l'évolution des femmes

65% des femmes en activité salariée ont déjà été confrontées à des difficultés liées à leurs règles au travail

53% des salariées ont des règles douloureuses

35% déclarent que leurs douleurs menstruelles impactent négativement leur travail

37% des salariées disent que la gêne des règles est sous-estimée dans leur entreprise

[49] https://www.pourquoidocteur.fr/Articles/Question-d-actu/39462-1-fille-francaise-2-deja-manque-l-ecole-cause-regles

Selon cette institution, si l'instauration du congé menstruel en entreprise séduit aussi largement les salariées, c'est parce qu'il répond à un vrai besoin mis en exergue par cette étude. Ce congé est considéré comme une solution qui peut compenser les moments de faiblesse et les réelles difficultés liés aux menstruations, notamment par celles qui sont, ou ont été, victimes de moqueries, ainsi que par les femmes dont les règles sont très douloureuses. Néanmoins, il s'agit là d'un sujet dont il reste compliqué de parler au travail, particulièrement avec des collègues ou des supérieurs hiérarchiques masculins. A cette « invisibilité » de la question des règles au travail s'ajoute la crainte puissante que l'utilisation du congé menstruel donne lieu à des suspicions, à des moqueries, voire constitue un frein pour la carrière professionnelle des femmes, qu'il s'agisse de leur recrutement ou de leur évolution. Face à ce sentiment qu'ont les femmes d'une société pas encore prête à accepter sans préjugés le congé menstruel, l'instauration d'une telle mesure doit à l'évidence s'accompagner d'une libération de la parole visant à briser le tabou des règles chez l'ensemble des salarié(e)s et de leurs dirigeants[50].

Ainsi, Au cours de notre entretien, la majorité de nos répondantes affirment que le congé menstruel serait très nécessaire que ce soit dans le monde académique ou professionnel surtout pour les femmes ou les filles qui se sentent très faibles ou qui ont des douleurs intenses pendant la période menstruelle.

Pour C.D ce congé serait utile : « Ce congé serait nécessaire, ça nous permettrait de recevoir une justification lors d'une absence car maintenant il n'y en a pas. De ma part, je reconnais que je m'absente souvent à cause des douleurs, je deviens vraiment faible et je manifeste des symptômes sévères, ce congé me pourrait être très utile. »

Cette informatrice continue à nous donner des témoignages d'autres collègues qu'elle connaisse qui souffrent jusqu'à être acheminée à l'hôpital à cause des douleurs dues aux règles :

« A l'école secondaire où j'étais, il y'avait une enseignante qui s'absentait trois jours chaque mois, heiin! par après, nous avons découvert qu'elle avait des règles douloureuses qui l'empêchaient de venir nous enseigner. Je connais également une autre fille a l'école secondaire

[50] https://www.ifop.com/publication/le-conge-menstruel-vraie-ou-fausse-bonne-idee-enquete-sur-les-difficultes-a-vivre-ses-regles-au-travail-et-lattrait-des-salariees-pour-le-conge-menstruel/

qui lors des règles, elle devait être hospitalisée toute une journée pour calmer ses douleurs abdominales, mais c'était une anomalie qui mérite le traitement je pense »

Même si N.E n'avait jamais entendu ce phénomène du congé menstruel, ce dernier serait vraiment nécessaire pour ceux qui ont des douleurs pendant les règles ou qui rencontrent d'autres problèmes pendant cette période. Elle dit également que ce congé pourrait faciliter l'Egalite des chances entre les filles et les garçons en matière d'éducation :

« Si on instaure ce congé au Burundi, les plus vulnérables auront la chance d'avoir des rattrapages des cours et d'autres travaux académiques et ça va faciliter l'égalité des chances entre filles et garçons en matières d'éducation »

Apres avoir entendu et compris le phénomène du congé menstruel, comme le défini Aline Bœuf (période pendant laquelle, si on souffre de règles douloureuses, on peut prendre un ou plusieurs jours de congés, payés ou non)[51] , certaines répondantes y ont trouvé un droit.

Pour C.D, si les règles font partie de la vie d'une femme, elles doivent également faire partie de ses droits et le congé menstruel devrait donc une préoccupation du gouvernement au Burundi.

« D'ailleurs je viens de comprendre, si les règles font partie du quotidien pour la femme, elle font également partie de ses droit. Le congé menstruel est un droit de la femme car il vient améliorer nos droits à l'égalité et à la non-discrimination, droit à la santé et à l'éducation. C'est vraiment choquant quand les étudiantes qui s'absentent suite aux règles douloureuses ou au manque d'argent pour s'acheter du matériel hygiénique sont supposées être des fainéantes qui boycottent les cours et n'ont pas accès aux examens de rattrapage »

I .A, elle nous demande s'il y'aurait un pays en Afrique qui a déjà instauré un congé menstruel. Elle voit des lacunes dans le cadre des droits humains et dans la politique de la santé au Burundi. :

« Mais, ce que je voudrais savoir ici, est- ce que, y'aurait-il un pays qui a déjà autorisé un tel congé ? Car mois je n'avais jamais entendu parler du congé menstruel. Si c'est un droit,

[51] BOEUF A., Vivre son cycle menstruel dans le monde professionnel : expériences multiples et préoccupations communes, Univ. Genève, 2020,p.80

pourquoi ne pas l'autoriser chez nous ? Par ce que dans ce domaine des règles, les femmes rencontrent beaucoup des difficultés, et le congé puisse apporter du soulagement. »

V.2.Le congé menstruel, un risque de stigmatisation pour la femme.

Même si certaines informatrices conçoivent le congé menstruel comme le seul moyen de faciliter l'Egalite des chances entre les filles et les garçons surtout dans le monde académique, d'autres y voient un risque de renforcer le stigmate que connaissent les femmes suite aux pensées stéréotypées qu'elles sont faibles à l'égard des hommes. Certains redoutent aussi que le congé menstruel puisse accentuer le tabou des règles, la mise à l'écart des femmes durant cette période, à l'image de traditions anciennes d'exclusion du sang menstruel comme ça s'observe encore au Burundi.

Selon H.O, le congé menstruel favoriserait la paresse et pourrait renforcer la discrimination. Celle qui soufre n'a qu'à résister ou rentrer « Cela aggraverait notre situation de femmes dans ce pays. Nous luttons pour l'égalité des genres et ça devient presque impossible pour nous au Burundi car l'homme s'impose toujours, et si nous obtenons un congé chaque mois ? La femme sera encore plus pénalisée et rabaissée sans excuse. Pour moi, il faut quand même essayer de cacher nos faiblesses car même dans le monde du travail par exemple on serait encore plus discriminées à l'emploi. Les employeurs pourraient se dire par exemple « bon !prrrh!! deux jours par mois elle ne viendra pas au travail, parce qu'elle aura ses règles.»

En ce qui est du congé menstruel, N.A.B, affirme que cette idée serait agréable. Mais Ce serait un problème car il est compliqué de savoir si quelqu'un a des douleurs ou pas. Ce congé pourrait seulement être permis au plus vulnérables mais malheureusement les moins vulnérables en profiteraient et la femme sera toujours en position de faiblesse et de paresse : « Les étudiantes moins vulnérables en profiteraient, et nous seront toujours accusées de paresse bon… donc je dirais, nous serons sous-estimées de plus. »

Pour N.N il faut une enquête approfondie pour détecter si quelqu'un à des douleurs ou pas avant ou pendant les règles :« oui je suis d'accord, ce congé peut être nécessaire, mais comment savoir réellement si quelqu'un a des douleurs pendant les règles ?Comment savoir réellement si j'ai manqué l'argent pour m'acheter des serviette ?je ne sais pas si le médecin peut détecter l'existence des douleurs pour livrer des papiers médicaux au filles en période menstruelle »

N.N continue en disant que même l'enquête pourrait obtenir des fausses réponses : « Moi je pense que si on donne un questionnaire aux filles, elles répondront toutes qu'elles ont des

douleurs. Qui s'absentera ou rentrera pendant les cours pour d'autres raisons répondra qu'elle avait ses règles, Dans ce cas, nous allons perdre la face face au sexe masculin. Il faudra des lois connexes selon moi.»

En effet, si le congé menstruel vient aggraver la situation du mépris que connaissent les femmes, c'est qu'il existe encore dans notre société certaines représentations sociales classant les femmes dans la catégorie des créatures faibles dominées par les hommes.

H.F n'est pas loin de cette expression disant que les femmes restent toujours des créatures faibles : « le congé menstruel peut être nécessaire pour les étudiantes vulnérables, mais qu'elles acceptent aussi leur faiblesse ».

Pour N.J.P. étudiant en histoire : « l'homme reste toujours homme. Il est capable de travailler toute l'année sans congé, alors que les femmes sont toujours en congé de maternité, bientôt s'ajoute les congés de menstruation à chaque mois, comment expliquer cette égalité de genre? »

Il continu en disant que si le conge menstruel s'applique au Burundi, cela causera une désorganisation de travail : « il aura une désorganisation, imaginer par exemple un hôpital qui compte un nombre élevé des employés féminin et qu'elles partent toutes en congé ? l'hôpital restera vide »

Pourtant, Etre femme ce n'est pas naître avec le sexe féminin c'est plutôt être classé d'une certaine façon dans la société. On devient femme à partir d'une naissance qui ne lui donne pas les mêmes chances qu'à un homme puisqu'elle doit être au service de l'homme et des enfants.

Pour Simone de Beauvoir les femmes n'ont pas des qualités féminines de façon innée mais qu'au contraire la société les formate pour les avoir. En effet, les bébés des deux sexes à la naissance ont les mêmes intérêts et les mêmes plaisirs. Jusqu'à douze ans la fillette est aussi robuste que ses frères et elle manifeste les mêmes capacités intellectuelles. Ainsi c'est l'intervention d'autrui dans la vie de l'enfant qui dès ses premières années semble lui insuffler sa vocation. On ne nait pas femme, on le devient.

C'est à partir alors de cette pensée Beauvoirienne que certaines participantes envisagent le congé menstruel comme une source d'inégalité entre les collègues, s'interrogeant notamment sur les conditions d'attribution de ce congé. Une forte peur de réactions négatives s'est faite ressentir, les participantes qui ne sont pas d'accord expliquent que la femme sera considérée de plus comme inactive.

Pour les répondantes qui ne sont pas d'accord avec le congé menstruel, vivre son cycle menstruel signifie en général accepter de gérer sérieusement tous les impacts associés aux menstruations et au syndrome prémenstruel, soit dans les interactions, soit en termes de productivité. Les règles c'est la vie en général.

Conclusion du chapitre.

Le congé menstruel est un phénomène qui existe et qui est déjà instauré dans la politique sociale de certains pays comme nous l'avons remarqué ci-haut. Ce qui est évident dans notre recherche est que toutes les répondantes ne conçoivent pas le congé menstruel de la même manière.

Mais s'il a pu être considéré comme une réponse aux problématiques que connaissent les étudiantes ayant des menstruations douloureuses ou d'autres problèmes liés aux menstruations d'une part, il n'est pas d'autre part accueilli de manière enthousiaste par certaines étudiantes de peur que celui-ci puisse augmenter la discrimination des genres et le stigmate menstruel dans différents secteurs de la vie académique.

Discussion des résultats.

La discussion des résultats est l'une des parties importantes d'une recherche scientifique. En effet, elle permet au chercheur d'évaluer si les résultats obtenus ont pu répondre à sa question de recherche et de mettre en relation les résultats obtenus et d'autres travaux antérieurs voire le cadre théorique (N'Da, 2015). Elle lui permet aussi de répondre aux questions de départ et d'évaluer ainsi la portée des résultats de son travail de recherche.

Notre travail étant centré sur la compréhension de la vie menstruelle des étudiantes externes de l'université du Burundi. Nos questions essentielles étaient celles-ci : S'agissant de l'expérience personnelle, à quoi correspond la gestion de l'hygiène menstruelle et quelle sens chacune des répondantes donne –t-elle aux règles ? Quelles sont les barrières rencontrent-t-elles en cas d'intervention possible en matière de GHM en milieu académique et comment cela peut-il exercer un effet sur la performance éducative des étudiantes ? Quelles sont les avis des étudiantes externes du campus Mutanga sur la pertinence du conge menstruel ?

Au terme de notre travail, les résultats du terrain nous ont révélé que les étudiantes externes de l'université du Burundi comprennent de la même manière le phénomène de gestion de l'hygiène menstruelle mais par contre elles comprennent différemment le sens règles.

En ce qui est de la gestion de l'hygiène menstruelle, les étudiantes enquêtées reviennent toutes sur la pertinence de l'eau et de l'assainissement pendant ce travail périodique. Elles ajoutent également le besoin des protections hygiéniques en quantité suffisante et d'un endroit intime pour se changer. Les propos de ces étudiantes sont très proches aux propos de certains auteurs. La gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) concerne l'utilisation de matériels propres pour l'absorption du sang menstruel qui peuvent être changés en privé, en sécurité, de façon hygiénique, et aussi souvent que nécessaire pour la durée du cycle menstruel (PMA, 2020).

D'autres auteurs également comme L'OMS et de l'UNICEF affirment le secteur de l'eau et l'assainissement comme élément prioritaire correspondant à la gestion des menstrues de manière hygiénique et nous fait remarquer que ce domaine reste toujours indispensable dans toute sa totalité. Les femmes et les adolescentes utilisent un matériel de gestion des menstruations propre pour absorber ou collecter le sang, qui peut être changé en toute intimité aussi souvent que nécessaire pendant la durée des menstruations. Elles utilisent également du savon et de l'eau pour se laver le corps selon leurs besoins, et ont accès à des installations (OMS, UNICEF, 2014).

Lors de notre entretient, les étudiantes externes de l'Université du Burundi affirment que la mauvaise gestion de l'hygiène menstruelle peut causer des mauvaises conséquences notamment les maladies infectieuses dues au manque d'hygiène ce qui est affirmé WaterAid dans ses travaux de recherche sur la santé menstruelle. « Ainsi, le risque d'infection pourrait être plus élevé durant les règles, le col de l'utérus étant ouvert pour laisser passer le flux menstruel. Par ailleurs, certaines pratiques sont susceptibles d'augmenter le risque d'infection (réutilisation de serviettes hygiéniques jetables, utilisation de tissus sales ou humides, insertion de serviettes hygiéniques dans le vagin, etc. » (WaterAid : House et al, 2012 :18)

En ce qui est du sens accordé aux règles, les informatrices donnent des réponses très diversifiées. Certaines informatrices conçoivent les règles comme un phénomène physiologique naturel qui est normal dans la vie de la créature féminine, un symbole de la fertilité d'ailleurs tandis que d'autres y voient quelque chose d'anormalité, de honte, un fardeau.

Les idées des premières répondantes sont confirmées par House et al. La menstruation est un processus naturel lié au cycle reproducteur des femmes et des filles. Elle est également un signe de bonne santé et de croissance. La menstruation n'est pas une maladie (House et al, 2012:49.). Les propositions de ces répondantes soutenues par House et al ne sont pas confirmées à

l'unanimité par toutes les informatrices. Il y a celles qui conçoivent les règles comme source honte à la fois

En effet, le sens accordé aux menstruations dépend de l'expérience personnelle de l'individu. C.D lui y voit un fardeau, une punition divine qu'a connue la femme depuis le péché de l'homme. Tout cela découle de la souffrance (syndrome prémenstruel) qu'elle a connue depuis l'école secondaire jusqu'à l'université sans avoir aucun changement. Les propos de cette informatrice figurent dans les textes de la Genèse : « Il dit à la femme : J'augmenterai la souffrance de tes grossesses, tu enfanteras avec douleur, et tes désirs porteront vers ton mari, mais il dominera sur toi. »(Genèse, 3 :16).

La seconde question de recherche concerne les défis que rencontrent les étudiantes externes de l'Université du Burundi en matière de gestion hygiénique des menstrues et leurs impacts sur la performance éducative. Les défis que nous avons pu collecter auprès des informatrices sont entre autres les infrastructures sanitaires qui ne favorisent pas la gestion hygiénique et intime, le manque de protections hygiéniques et des antidouleurs à temps à cause de la pauvreté, le tabou et le silence liés aux règles favorisant la perte de la face des étudiantes en situation de règles. Concernant les installations sanitaires du campus Mutanga, les étudiantes interrogées disent ne pas être satisfaites de la situation hygiénique de ces infrastructures sanitaires.

Or, dans la perspective de House et al, des installations d'eau et d'assainissement inadéquates rendent la gestion des menstruations très difficile, et de mauvais matériaux de protection hygiénique peuvent entraîner des vêtements tachés de sang, provoquant le stress et l'embarras pour les filles et les femmes en leur milieu d'apprentissage. Les enseignants (et les membres masculins du personnel en particulier) peuvent ignorer les besoins des filles, refusant dans certains cas de les laisser visiter les latrines (2012 :23)

Le tabou lié aux menstrues également est l'une des barrières proposées par les étudiantes dans le domaine de la gestion de l'hygiène menstruelle.

De tabou découle un devoir d'autocontrôle à charge des femmes menstrues. Elles ne doivent ni laisser voir, ni laisser entendre qu'elles ont leurs règles. Celles qui échouent sont réprimandées par le tribunal de l'opinion publique (LAHAYE, 2018 :4).

Les croyances ont elles aussi, énormément impacté l'image des femmes indisposées dans la société. Les représentations négatives qui vont être véhiculées à travers ces croyances ont fatalement touché l'image des femmes menstruées, en les associant à des êtres dangereux,

maléfiques et nuisibles pour tout ce qui les entoure. Ces croyances se sont construites à travers différentes racines, notamment à travers la peur et l'ignorance du sexe féminin et du sang des règles. En effet, le sang a tendance à être fortement associé à la mort. Ainsi, le sang fait peur et donc les femmes indisposées font peur (CLAMOUR, 2021)

Dans l'héritage biblique se trouvent deux interdits touchant les règles de la femme. Le premier est proprement rituel : la femme qui a ses règles est écartée du culte (Lév 15, 19).

Le second interdit concerne l'union conjugale durant les règles de la femme. Il est sanctionné soit par une mise à l'écart rituelle et transitoire (Lev 15 :24 ; 18 : 19) soit par une exclusion hors de la communauté (Lev 20 : 18).

Le Niddah qui signifie « rejet, expulsion, vagabondage » est un terme utilisé pour désigner la femme qui a ses règles, ou qui à l'issue de ses règles n'a pas procédé aux rites de purification (le bain rituel) dans la croyance juive (Nizard, 2007 :2).

Ce n'est pas seulement la croyance judéo-chrétienne qui dispose des textes prêchant contre le bien être des femmes en période menstruelle, mais également certains textes du coran font objet du stigmate.

Le cycle menstruel empêche la femme d'accomplir la prière, qu'elle soit obligatoire ou surérogatoire. Si elle le fait, son acte est invalide. La prière n'incombe pas à une femme se trouvant dans cet état, à moins qu'elle recouvre sa propreté rituelle à un moment où il reste du temps d'une prière obligatoire un laps qui permet d'effectuer ne serait-ce qu'une rak'ah (mouvements effectués pendant la prière) (Cheikh Ibn Outhaymine, 2010 :1).

Si nous tenons compte des propos de N.A.B nous pouvons remarquer que le sang menstruel n'est pas vraiment présentable à la vue du monde notamment au sexe opposé. Tout cela découle des représentations négatives et des stéréotypes qui s'y attachent car nombreuses croyances reprennent le thème de l'impureté et écartent la femme réglée des grandes étapes de la vie communautaire. Ces mauvaises conceptions des règles perturbent la sûreté de la femme ou de la fille en cas de gestion des menstrues alors que c'est un droit. Puisque ces pensées sociales, légendaires ou mythologiques attachant un pouvoir maléfique ou une souillure au sang menstruelle sont d'une grande force, les filles ou plus particulièrement les étudiantes qui manifestent un signe d'être en ce période doivent coltiner le fardeau de la honte et de la peur du rejet de la part de leurs pairs notamment des garçons.

Selon Laudine Lahaye, la conception négative des règles oblige les gens à utiliser l'euphémisme pour en parler ce qui signifie qu'il y a un malaise là-dedans : « Pourquoi baissons-nous la voix pour demander une serviette « hygiénique » ? Pourquoi le sang menstruel est-il bleu dans les publicités ? Ou bien pourquoi utilisons-nous des expressions telles que « les Russes ont débarqué », « être indisposée », ou encore « avoir ses ours » pour parler de nos règles ? Ces exemples illustrent le malaise individuel et sociétal à l'égard des menstruations » (LAHAYE, 2018 :3)

Les tabous entourant les menstruations excluent les femmes et les filles de nombreux aspects de la vie sociale et culturelle ainsi que des services d'hygiène menstruelle. Ces tabous comprennent l'interdiction de toucher les animaux, les points d'eau ou la nourriture que d'autres mangeront, et l'exclusion des rituels religieux, de la maison familiale et des installations sanitaires (House et al ,2012 :23)

Selon Ervin Goffman, le stigmate renvoi aux marques corporelles destinées à exposer d'inhabituel, de détestable le statut moral de la personne, Il renvoie également à un individu rituellement impur, qu'il fallait éviter surtout dans les lieux publics, Disgrâce.

La société établit des procédés servant à répartir en catégories les personnes et les contingents d'attributs qu'elle estime ordinaires et naturels chez les membres de chacune de ces catégories. C'est dans cette perspective qu'il nous présente une opposition entre l'identité sociale virtuelle et l'identité sociale réelle (Goffman ,1963 :11).

La première représente les attentes normatives, les exigences que nous attribuons à une personne et que nous lui imputons de façon potentiellement rétrospective c'est-à-dire par caractérisation. Ce sont des anticipations, nous les formulons en attentes normatives, nous les attribuons à l'individu par caractérisation, stéréotypes.

La seconde représente les attributs que possède la personne et que l'on pourrait prouver réellement. Ces attributs sont visibles et vrais.

Le stigmate alors est un désaccord, une opposition entre l'identité sociale virtuelle et l'identité sociale réelle (ibid : 12).

D 'ou alors les anticipations que nous formulions, les attentes normatives que nous avions en vers les filles ou les femmes sont la beauté, la douceur, la bonne humeur….Cette identité sociale

virtuelle que nous attribuons à la femme est à l'encontre de ce qui est réel lors de la période menstruelle ce qui suscite le rejet. Cette aversion pour les menstruations s'explique pour différentes raisons. Tout d'abord, un contexte social qui a construit des normes (minceur, propreté, sans poils, douceur, beauté etc.) auxquelles doivent correspondre les femmes et malheureusement, les règles représente tout le contraire (saleté, taches, odeurs, humeurs changeantes etc.)(CENARD, 2019 :2).

Parmi les facteurs qui handicapent la meilleure gestion de l'hygiène menstruelle des étudiantes, la pauvreté aussi prend une place non négligeable. Dans notre entretien, les membres de cette échantillon ont évoqué à plusieurs reprises les prix inabordables des protections hygiéniques ainsi que les douleurs qui peuvent nécessiter l'achat des médicaments selon qu'elles soient intenses ou non. La majorité des répondantes affirme avoir des menstruations durant généralement entre deux et sept jours et disent que les plus vulnérables sont celles dont les règles durent longtemps car il leur est obligé d'utiliser plusieurs pièces de protection hygiéniques.

Dans cette recherche nous avons également porté notre attention sur les douleurs qui peuvent accompagner les menstruations. Nommées dysménorrhées, ces douleurs ne sont pas nécessairement liées à une maladie ou un dysfonctionnement gynécologiques.

Nous avons découvert que les étudiantes ne souffrent pas de la même manière en cas de menstruation. La durée de la souffrance n'est pas également la même pour toutes les répondantes. Il y a celles qui ont des règles très douloureuses et d'autres qui souffrent moins. Il y a des filles ou femmes qui connaissent des douleurs pendant toute la période que ce soit avant ou pendant les règle et d'autres qui sentent des douleurs pendant quelques jours seulement.

En l'absence de fécondation de l'ovocyte, l'arrêt brutal de la sécrétion d'œstrogènes et de progestérones à la fin du cycle ne provoque pas seulement les règles, il peut aussi s'accompagner, avant même l'apparition des saignements, de nombreux autres symptômes : fatigue, irritabilité, phase dépressive, migraines violentes, contractions intenses et douloureuses de l'utérus. Ces symptômes constituent ce qu'on appelle le "syndrome prémenstruel '' (Winckler, 2008 :25 ; cité par Bœuf, 2020 :14).

Ce constant nous permet d'accepter que la question de douleurs dues aux règles impacte donc différemment sur la performance éducative des étudiantes externes du campus mutanga.

Parlant de l'impact de la précarité menstruelle sur la réussite des étudiantes de l'université du Burundi, nous avons vraiment compris que toutes ces barrières citées ci haut sont les causes principales de l'absence des filles aux cours ce qui impacte négativement sur leurs rendements.

Le dernier chapitre de ce travail de recherche cherche à savoir les propositions des répondantes sur l'idée du congé menstruel. Chacune des répondantes a pu mettre en évidence sont point de vue et le congé menstruel est conçu différemment. Le premier groupe des étudiantes y voient une opportunité d'être au même pied d'égalité que les hommes.

Ce congé est considéré comme une solution qui peut compenser les moments de faiblesse et les réelles difficultés liés aux menstruations, notamment pour les femmes dont les règles sont très douloureuses. D'autre part le congé menstruel est considéré par les répondantes comme une autre cause de sous-estimation à l'égard des femmes. De peur d'être de nouveau stigmatisées et accusées de faiblesse, les certaines informatrices préfèrent plutôt la résistance juste pour mettre en évidence leur capacité d'agir tout comme les hommes. Nous pouvons comprendre ce phénomène à travers le stigmate de Goffman où il dit dans son ouvrage que quelques fois, la personne stigmatisée essai de corriger ce qu'elle estime d'être fondement de son stigmate. Il donne l'exemple d'un illettré qui peut apprendre étant à l'âge adulte ou bien de quelqu'un qui peut recevoir une chirurgie esthétique (1963 :19)

CONCLUSION GENERALE

Ce travail de recherche est guidé par plusieurs ambitions. Il s'agit tout d'abord d'analyser qualitativement la façon dont les étudiantes externes de l'université du Burundi vivent leur cycle menstruel dans le cadre de leurs activités académiques. Il est nécessaire d'interroger les participantes sur la manière dont elles vivent leurs menstruations étant en milieu académique mais également sur le sens qu'elles donnent aux règles en général. Nous avons ainsi appris comment ces étudiantes conçoivent elles-mêmes les règles tout en étant en contact avec des représentations sociales. La seconde question de recherche concerne la compréhension des facteurs handicapant la gestion de l'hygiène menstruelle des étudiantes externes étant précisément au campus mutanga ainsi que l'impact de ces derniers sur leur performance éducative.

La dernière ambition de la recherche est de connaitre le point de vue des étudiantes au sujet du congé menstruel. Même si l'expérience menstruelle des étudiantes de l'université du Burundi soit centrale dans notre travail de recherche, les lectures, les entretiens faits ont pu démontrer la nécessité d'aborder les menstruations dans différentes sphères que parcourent les femmes au cours de leur vie ce qui permettra de comprendre le sens des règles selon différentes sociétés. Selon les avis des différentes participantes interrogées, nous pouvons par ici conclure que les règles se vivent de formes multiples et chacune des répondantes les conçoivent de différentes manières et elles impactent différemment sur la vie productive des femmes. On remarque que ce n'est pas seulement les douleurs qui causent généralement des difficultés mais également l'état des infrastructures sanitaires de l'université, la pauvreté ainsi que le tabou et le stigmate attaché aux règles. Nous avons compris que les étudiantes externes qui se sentent victimes préfèrent quitter les cours et rentrer chez elles ou bien préfèrent ne pas se présenter durant les règles pour n'est pas être discréditées exposant une « fuite », une « tache », une « mauvaise odeur »,…

Pour Goffman, lorsqu'une personne se présente en nous, des signes se manifestent et montrent qu'il possède un attribut qui lui différencie des autres membres de la catégorie (1963 :15).

Dans notre travail de recherche, les réponses obtenues des entretiens nous permettent également de conclure que les menstruations s'inscrivent non seulement dans la sphère de la vie privée, mais également de la vie éducative, professionnelle, … Dans la vie quotidienne des femmes en général.

Conformément au congé menstruel, les idées des répondantes divergent. Le premier groupe y voit une occasion notamment pour les femmes connaissant des douleurs graves de pouvoir se reposer légalement au moment de l'indisposition. Tandis que les autres y trouvent un autre moyen de stigmate pour les étudiantes qui s'absentent à cause de leurs règles et seront appelées des incapables. Mais si la tradition burundaise interdit aux filles et femmes réglées de passer à travers les champs de cultures ou bien de traire alors que la majorité de la population s'occupe des activités agropastorales, n'est-ce pas le moyen d'accorder un congé menstruel aux filles et femmes en situation de règles ? Comme nous l'avons élucidé ci haut, l'intensification des recherches sur les menstruations pourrait finalement aider à connaitre plus de réalité et lutter contre le stigmate entourant les menstruations et à favoriser les filles et les femmes à échapper d'être victimes des inégalités d'accès à l'éducation de qualité et à la santé.

Lors de la réalisation de ce travail, des difficultés ont fait surface. En premier lieu, peu d'ouvrages parlent de la gestion hygiénique des menstrues au Burundi. La quasi-totalité des ouvrages et des documents trouvés sont du monde occidental. D'autres difficultés auxquelles nous avons fait face sont liées à notre population d'enquête. Puisque les règles restent un sujet tabou qui relevé de la sexualité, Certaines étudiantes ont refusé l'entretient en disant que ça relève de l'indiscipline.

REFERENCES BIBLIOGRAPHIQUES.

1. Ouvrages généraux

1. Albarello, L., Apprendre à chercher (4eme édition), Bruxelles, Doboeck, 2014

2. Arborio, A .M. &Al L'observation directe, Paris, Armand Colin .2021

3. Alvaro P., "Échantillonnage et recherche qualitative: essai théorique et méthodologique" École de criminologie, Université d'Ottawa ,1997

5. CAMPENHOUDT Luc Van et QUIVY Raymond, Manuel de recherche en sciences sociales, 4 ème édition entièrement revue et augmentée, Paris, Dunod, 2011

6. KAKAI Hygin., Contribution à la recherche qualitative, cadre méthodologie de rédaction de mémoire, Université de France-Comté, 2008.

7. Goffman E. Stigmate. Paris : Editions de Minuit, 1963 (1975 pour la traduction française).

8. Thiébaut, E., Ceci est mon sang: Petite histoire des règles, de celles qui les ont et de ceux qui les font. France, La Découverte, 2019

9. NIBIZI, E., Mourir au Burundi: gestion de la mort et pratiques d'enterrement (de la période pré- coloniale à nos jours), Université du Burundi, 2005

2. Webographie

1. UNICEF, La puberté et l'hygiène menstruelle Petit guide pour les filles, Burkina Faso, 2017 https://www.unicef.org/burkinafaso/media/1881/file/Livret%20GHM%20:%20la%20pubert%C3%A9%20et%20l%E2%80%99hygi%C3%A8ne%20menstruelle.pdf 2017.

2. UNICEF, La gestion de l'hygiène menstruelle Pratiques, perceptions et barrières, RDC, 2018 : Disponible sur : https://www.unicef.org/drcongo/media/1741/file

3. PMA, Gestion de l'hygiène menstruelle, Niger, 2016 :disponible sur https://www.pmadata.org/sites/default/files/data_product_results/PMA2020-Niger-National-R2-MHM-Brief-FR.pdf

4. BIS AFRIQUE/ BØRNEfonden, Etude sur la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) au Togo, juin 2017 : Disponible sur

https://www.pseau.org/outils/ouvrages/bornefonden_wsscc_etude_sur_la_gestion_de_l_hygiene_menstruelle_au_togo_2017.pdf

5. UNICEF , Gestion hygiénique des menstrues (GHM) à l'école ,Burkina Faso,https://www.unicef.org/burkinafaso/media/1886/file/Guide%20sur%20la%20gestion%20hygi%C3%A9nique%20des%20menstrues%20%C3%A0%20l%E2%80%99%C3%A9cole%20.pdf

6. UNICEF, Les menstrues : Un phénomène naturel dans la vie d'une femme, Burkina Faso, 2017 : Disponible sur http://www.wins4girls.org/resources/2017%20Burkina%20Faso%20Affiche_Les%20menstrues%20un%20phenomene%20naturel.pdf

7. HRW, Comprendre la gestion de l'hygiène menstruelle et les droits humains qui s'y rapportent, Etats Unis, 2018 :Disponible sur https://menstrualhygieneday.org/wp-content/uploads/2018/03/mhmdoc_fr.pdf

8. OMS, Stratégie de l'OMS sur l'eau, l'assainissement et l'hygiène 2018-2025. Genève : Organisation mondiale de la Santé, 2018. (WHO/CED/PHE/WSH/18.03) Licence : CC BY-NC-SA 3.0 IGO. :Disponible sur https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/311284/WHO-CED-PHE-WSH-18.03-fre.pdf?ua=1

9. WSSCC /ONU Femmes, Gestion de l'hygiène menstruelle : comportements et pratiques dans la région de Louga, Sénégal, 2014 : Disponible sur https://menstrualhygieneday.org/wp-content/uploads/2016/12/UN-Women-GHM-Comportements-et-Pratiques-K%C3%A9dougou-S%C3%A9n%C3%A9gal.pdf

10. OMS, Lignes directrices relatives à l'assainissement et à la santé, 2019 : Disponible sur https://www.who.int/water_sanitation_health/publications/sanitation-guidelines-executive-summary-fr.pdf

11. PARKER J., Le grand mystère des règles: Pour en finir avec un tabou vieux comme monde, Paris,2018 :https://static.weezbe.com/pldj/Documents/p_924_french_20190314010835_le_grand_mystere_des_regles_jack_parker.pdf

12. HOUSE S. & al., menstrual hygiene matters: a resource for improving menstrual hygiene around the world, 2012. Disponible à l'adresse : www.wateraid.org/mhm

13. Sommer, M., &., Un instrument destiné à intégrer la gestion de l'hygiène menstruelle (GHM) dans les réponses humanitaires (First edit). New York, Université Columbia, Mailman School of Public Health et International Rescue Committee, 2017

14. Bonsack.C. et al : Le stigmate de la «folie» : de la fatalité au rétablissement, Revue Médicale Suissse, mars 2013

15. CROFTS, T.& al., La gestion de l'hygiène menstruelle à l'école : WEDEC, Loughborough university, 20

16. CENARD, C., La représentation des règles dans la publicité française ; Università di Bologna ; Media digitali e genere 2018-2019 : Disponible sur https://iol.unibo.it/pluginfile.php/586871/mod_unibores/content/0/CENARD%20Chlo%C3%A9%20-%20Tesina%20Media%20Digitali%20e%20Genere.pdf

17. Marie de Gandt. La jarre et la maison: l'inquiétante intimité des femmes. Géraldine Puccini. L'intime de l'Antiquité à nos jours (1). Espaces de l'intime, Presses Universitaires de Bordeaux, 2019. hal02456173. https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-02456173

18. Lepoutre.B., Le flux menstruel Représentations à travers les temps et les cultures, Université Paris ; Novembre 2009 : Disponible sur https://apimed-pl.org/contenu/uploads/2018/07/Le_flux_menstruel._representations.Medecine.pdf

19. Congourdeau M.H. , Sang féminin et génération chez les auteurs byzantins. Les Cahiers du C.R.I.S.I.MA., CentrederechercheinterdisciplinairesurlasociétéetI'imaginaireauMoyenâge, 1999, 4, pp.19-23. halshs-00740647 disponible sur https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-00740647

20. Ntanga MN. & al. Ménarche chez les jeunes filles à Lubumbashi, République Démocratique du Congo. Revue de l'Infirmier Congolais. 2021;5(1):9-15 : disponible sur https://www.revue.istmlubumbashi.net/wp-content/uploads/2021/03/Ménarche-chez-les-jeunes-filles-à-Lubumbashi-République-Démocratique-du-Congo.pdf

21. NIZARD.S ; Une pratique corporelle « discrète » : le bain rituel, Presses Universitaires de France, 2013 : https://www.cairn.info/revue-ethnologie-francaise-2013-4-page-601.htm

22. Charles de Miramon, Déconstruction et reconstruction du tabou de la femme menstruée XIIe – XIIIe siècle,2013. https://halshs.archives-ouvertes.fr/halshs-00776036

23. D. Liberski-Bagnoud, Pour une géographie de la saleté (Dogon, Mali). Journal des Africanistes, Société des Africanistes, 1989, 59 (1-2), pp.39-62. 10.3406/jafr.1989.2277. hal-01441144. https://hal.archives-ouvertes.fr/hal-01441144

24. Marchand S., Cachez ce sang que je ne saurais voir. Les menstruations au Québec, 2012. (1900-1950). Rabaska, 10, 69–80. https://doi.org/10.7202/1013541ar

25. 4. Arborio, A.M., l'observation directe en sociologie : quelques réflexions méthodologiques à propos de travaux de recherches sur le terrain hospitalier : Article disponible en ligne à l'adresse https://www.cairn.info/revue-recherche-en-soins-infirmiers-2007-3-page-26.htm

26. Buhuon A., La pratique physique et sportive féminine à l'aube du XXe siècle: moyen technique de maintien d'une définition normative des corps, l'exemple de la menstruation. Gesnerus 70/1 (2013)111–126 : file:///C:/Users/HP/Downloads/La_pratique_physique_et_sportive_feminine_a_laube-1.pdf

27. INGA T. WINKLER ET VIRGINIA ROAF ; Faire face à la réalité saignante: l'hygiène menstruelle comme priorité pour la réalisation de l'égalité des genres ., originalement publié en anglais en cardozo journal of law and gender 2015 (21/1), 1---37 : Disponible à https://www.ingawinkler.com/uploads/4/8/6/0/48601803/faire_face_%C3%A0_la_r%C3%A9alit%C3%A9_saignante_-_winkler___roaf_-_final.pdf et à https://www.pseau.org/outils/ouvrages/cardozo_journal_faire_face_a_realite_saignante_l_hygiene_menstruelle_comme_priorite_pour_la_realisation_de_l_egalite_des_genres_2015.pdf

28. Danouta Liberski , Pour une géographie de la saleté, Journal des Africanistes , 1989, tome 59, fascicule 1-2**.** A

https://www.persee.fr/issue/jafr_0399-0346_1989_num_59_1?sectionId=jafr_0399-0346_1989_num_59_1_2277

29. https://share-net-burundi.org/tag/sacode-agateka-serviette-hygienique-femmes-filles/

30..https://www.presidence.gov.bi/2022/05/19/la-premiere-dame-du-burundi-prend-linitiative-de-parler-pour-briser-les-tabous-en-faveur-de-la-bonne-gestion-de-lhygiene-menstruelle/

31. https://www.iwacu-burundi.org/hygiene-menstruelle-assez-les-tissus-et-autres-bouts-de-matelas/

32. https://www.sacode.org/agateka-en

33. https://www.unfpa.org/fr/events/journee-mondiale-de-lhygiene-menstruelle-0

34. https://fr.saforelle.com/conseils-d-experts/quelle-protection-hygienique-choisir.html

35.https://www.pharma-gdd.com/fr/tampons-cup-serviettes-quelle-protection-hygienique-pendant-les-regles: Consulté

36. https://www.youtube.com/watch?v=Klw4eNU2uAk&feature=youtu.be

37. https://www.sfetd-douleur.org/wp-content/uploads/2019/09/institut-upsa-douleur-programme-urgences-protau-09-gynecologiques.pdf

38. https://www.la-croix.com/Religion/L-impurete-femmes-longue-histoire-2019-11-20-1201061601

39. https://www.lepetitjuriste.fr/la-tradition-de-la-chaupadi-au-nepal-une-pratique-inhumaine/

40.https://gazettedesfemmes.ca/21792/combattre-la-pauvrete-menstruelle-des-solutions-venues-dailleurs/

41. https://www.pourquoidocteur.fr/Articles/Question-d-actu/39462-1-fille-francaise-2-deja-manque-l-ecole-cause-regles

42. https://www.ifop.com/publication/le-conge-menstruel-vraie-ou-fausse-bonne-idee-enquete-sur-les-difficultes-a-vivre-ses-regles-au-travail-et-lattrait-des-salariees-pour-le-conge-menstruel/

43. https://archipel.uqam.ca/12286/1/M15829.pdf

44. https://www.amnesty.org/fr/what-we-do/discrimination/womens-rights/

45: https://www.intrepidentrepreneurs.org/fr/intervention-impact-objectifs-developpement-durable-odd/

3. thèses et Mémoires.

1. BŒUF A, Vivre son cycle menstruel dans le monde professionnel : expériences multiples et préoccupations communes. Master : Univ. Genève, 2020 Available at: http://archive-ouverte.unige.ch/unige:144591

2. Clamour M, Concevoir dans les règles. Architecture, aménagement de l'espace. 2021. Ffdumas 03476242f

3. Gurdus E., La pureté rituelle de la femme dans le christianisme et l'influence de la tradition juive. Faculté de théologie, Université catholique de Louvain, 2018. Prom. : Luciani, Didier ; Famerée, Joseph. http://hdl.handle.net/2078.1/thesis:13787

4. Manon R., impact de la précarité menstruelle sur la qualité de vie des étudiant.e.s de l'université de liège, Universite de Liege, Année académique 2020-2021 : disponible sur https://matheo.uliege.be/bitstream/2268.2/12757/6/ManonREMY_M%C3%A9moire_PDF%281%29.pdf

5. Bessaih N, Que le sang coule! Des femmes et leur expérience des menstruations, Études supérieures en anthropologie Université McGill, Montréal Juillet 2003

6. Mme. DOUMBIA A.S., Gestion de l'hygiène menstruelle à l'école chez les adolescentes dans le cercle de Kati au Mali en 2018 : disponible sur https://www.bibliosante.ml/bitstream/handle/123456789/3984/20M124.pdf?sequence=1&isAllowed=y

7. Julián D., CAMARGO G., Gudy P. ,CARDOZO M. , l'inclusion des serviettes hygiéniques réutilisables en haïti , Université ECCI Bogota, Colombie Juillet, 2016 : disponible sur https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/1470/Informe%20de%20seminario.pdf?sequence=1&isAllowed=y

8.Yagmur Ozturk , Stigmatisation menstruelle et pratiques Chhaupadi, Découvrir l'Inde, Droits des enfants, Liberté, Pauvreté, Santé, violence ,septembre 22, 2020 : https://www.humanium.org/fr/stigmatisation-menstruelle-et-pratiques-chhaupadi/

ANNEXES

I.GUIDE D'ENTRETIEN EN FRANCAIS.

Texte de déclaration de confidentialité.

Bonjour,

Je m'appelle KUNDANE Joseph, étudiant à l'Université du Burundi en master de socio-anthropologie. Je suis en train de rédiger un travail de fin d'études sur le thème : « Analyse socio-anthropologique de la gestion de l'hygiène menstruelle chez les étudiantes externes de l'université du Burundi.»

Comme vous êtes étudiante de l'université du Burundi, Je voudrais en effet vous demander de bien vouloir m'accorder un petit moment d'entretien sur vos connaissances et expériences en matière de gestion des menstrues au campus .Il n'y a pas de mauvaise intention, ce qui m'intéresse c'est ce que vous connaissez et l'expérience que vous vivez en rapport avec le sujet. Si vous le permettez, exprimez-vous ouvertement et en pleine liberté. Moi également, je vous promets la direction, l'anonymat et la confidentialité. Votre nom ne figurera nulle part.

Guide d'entretien en Français.

Thème 1 : Connaissances et méthodes de gestion en matière d'hygiène menstruelle chez les étudiantes externes du campus Mutanga.

1. Que pensez-vous de la gestion hygiénique des menstrues ?

2. Quelles sont les besoins nécessaires pour assurer une bonne gestion de l'hygiène menstruelle ?

3. Quelles sont les types de protection hygiéniques adaptés les plus préférés pour vous et pourquoi ?

4. Ressentez-vous des douleurs physiques avant ou pendant vos règles ? Comment les gérez-vous durant vos heures d'études ?

5. Quel sens accordez-vous aux menstruations? Une honte, une souillure, une menace, une maladie ou un phénomène biologique normal de la femme ?

Thème 2 : Attitudes des étudiantes externes sur l'état de lieu des installations sanitaires du campus mutanga en rapport avec la gestion hygiénique des menstrues.

6. Quels sont les caractères d'une infrastructure sanitaire favorisant la bonne gestion de l'hygiène menstruelle ?

7. Comment est-ce que vous décrivez les infrastructures sanitaires du campus mutanga en rapport avec la gestion hygiénique des menstrues. ?

Thème 3.Les obstacles rencontrés par les étudiantes externes du campus mutanga en cas de gestion de l'hygiène menstruelle étant dans le milieu académique.

8. Quelles sont les barrières rencontrez-vous en cas d'intervention possible en matière de GHM en milieu académique.

Thème 4. Impacte de la gestion de l'hygiène menstruelle sur la performance éducative des étudiantes externes de l'Université du Burundi.

10. Comment la question des règles peut-elle exercer un impact sur le rendement académique de l'étudiante ?

11. Avez- vous un jour raté le cours ou l'examen à cause de la précarité menstruelle ? Si oui, comment ça s'est-il passé ?

Thème 5.Les propos des étudiants de l'Université du Burundi sur le congé menstruel.

12. Connaissez-vous le concept de congé menstruel ? Il s'agit d'une période pendant laquelle, si on a les règles douloureuses, on peut prendre un ou plusieurs jours de congés. Qu'en pensez-vous ?

II. 7 DES 17 ODD QUI TOUCHENT SUR LA PRECARITE MENSTRUELLE

3.. Accès à la santé : Donner aux individus les moyens de mener une vie saine et aider au bien-être de tous à tous les âges.

4. Accès à une éducation de qualité : Veiller à ce que tous aient accès à l'éducation et promouvoir des possibilités d'apprentissage de qualité dans des conditions équitables tout au long de la vie.

5. Égalité entre les sexes : Parvenir à l'égalité des sexes en rendant les femmes et les filles plus autonomes.

6. Accès à l'eau salubre et l'assainissement : Garantir l'accès de tous à l'eau et l'assainissement et gérer les ressources en eau de façon durable.

8. Accès à des emplois décents : Promouvoir une croissance économique soutenue, partagée et durable, le plein-emploi productif et un travail décent pour tous.

11. Villes et communautés durables : Créer des villes, des logements, des transports ouverts à tous, sûrs, résistants et durables.

13. Lutte contre le changement climatique : Prendre des mesures d'urgence pour lutter contre les changements climatiques et leurs conséquences.

III. LES DROITS DE LA FEMME SONT DES DROITS HUMAINS

Toute personne a droit au respect de ses droits humains. Ces droits comprennent le droit de vivre libre de toute violence et discrimination, le droit au meilleur état de santé physique et mentale susceptible d'être atteint, le droit à l'éducation, le droit à la propriété, le droit de voter et le droit à un salaire égal.

1. Droits sexuels et reproductifs

Toutes les personnes devraient pouvoir prendre des décisions concernant leur propre corps.Toutes les femmes et les filles ont des droits sexuels et reproductifs. Cela signifie qu'elles ont le droit à un accès équitable aux services de santé, notamment à la contraception et à un avortement sûr, le droit de choisir si elles souhaitent se marier, quand et avec qui, et si elles souhaitent avoir des enfants, quand, combien et avec qui.

Les femmes doivent pouvoir vivre sans craindre les violences liées au genre, y compris le viol et les autres formes de violences sexuelles, les mutilations génitales féminines, le mariage forcé, la grossesse forcée, l'avortement forcé ou la stérilisation forcée.

2. Droit de circuler librement

Le droit de circuler librement est le droit de se déplacer à sa guise, non seulement dans son pays de résidence, mais également dans d'autres.

IV. EN QUOI LES DROITS DES FEMMES SONT- ILS BAFOUES ?

a. Les violences liées au genre

Les violences liées au genre correspondent à des actes de violence commis contre des femmes en raison de leur orientation sexuelle, de leur identité de genre ou d'autres caractéristiques sexuelles. Les violences liées au genre touchent les femmes et les filles de manière disproportionnée.

Les violences faites aux femmes sont de graves violations des droits humains. Il incombe à l'État de protéger les femmes des violences liées au genre, même des violences domestiques commises dans la sphère privée.

b. Les violences et harcèlement sexuels

Le harcèlement sexuel englobe tous les comportements non désirés à caractère sexuel. Il peut s'agir de comportements ou d'avances physiques, de demandes de faveurs sexuelles ou d'utilisation d'un langage inapproprié.

On parle de violences sexuelles lorsqu'une personne est victime d'une agression physique à caractère sexuel. Bien que les hommes et les garçons puissent également être victimes de violences sexuelles, ce sont les femmes et les filles qui sont le plus gravement affectées.

c. La discrimination sur le lieu de travail

Bien souvent, les femmes font l'objet de discriminations liées au genre sur leur lieu de travail. L'une des manières d'illustrer cela est l'écart de salaire entre hommes et femmes. Le droit de percevoir le même salaire pour un même travail est un droit humain, mais bien souvent, les femmes sont privées du droit à un salaire juste et égal[52].

Source annexe III et IV : [52] https://www.amnesty.org/fr/what-we-do/discrimination/womens-rights/

Source annexe II : https://www.intrepidentrepreneurs.org/fr/intervention-impact-objectifs-developpement-durable-odd/