



Mieux réglementer les produits menstruels : Pourquoi est-ce si important ?

Un aperçu des connaissances actuelles
et des recommandations concernant la
**réglementation de la composition des produits
menstruels** au sein de l'Union européenne.

Rapport écrit pour Règles Élémentaires

Direction

Justine Okolodkoff

Écriture, recherche et analyse

Justine Okolodkoff
& Charlotte Renard

Mise en page

Fanny Claudon

Traduction française

Thalie Yang-Barnier

Janvier 2026

Ce rapport a été soutenu
par WECF



Reproduction partielle de
ce document est autorisée,
à condition d'explicitement
identifier la source. Citation
suggérée : *Mieux régler
les produits menstruels :
pourquoi est-ce si important ?
Règles Élémentaires, 2026.*



Résumé

Ce rapport démontre que la réglementation des produits menstruels, que plus de 112 millions d'Européen·nes utilisent, est toujours très insuffisante, malgré l'identification de risques sanitaires et environnementaux, et d'atteintes aux droits des consommateur·rices. S'appuyant sur deux décennies de preuves scientifiques et sur des entretiens avec des responsables et décisionnaires, il révèle une persistante contamination par des produits chimiques dangereux, une fragmentation réglementaire entre États-membres de l'UE, et un manque systémique de transparence. Les structures actuelles ne prennent pas en compte l'exposition chronique des muqueuses, la toxicité des mélanges, ou les impacts environnementaux au cours du cycle de vie. Cette étude affirme qu'il est insuffisant de s'appuyer sur la vigilance des consommateur·rices ou de la société civile ; la responsabilité doit être déplacée en amont, aux industriels via des standards européens harmonisés et opposables. Elle propose une ligne de route pour la gouvernance européenne combinant sécurité chimique, viabilité environnementale, et sensibilité au genre dans les régulations. En définitive, cette étude déclare la surveillance des produits menstruels un impératif de santé publique et une question de droits fondamentaux.



Sommaire

Introduction	4
Exposition du problème	5
La spécificité des produits menstruels	5
Quel rapport avec la fabrication des produits ?	6
Objectifs de l'étude	6
Méthodologie	7
Un état de la recherche existante sur la santé, les droits des consommateur-rices, et l'environnement	9
Mises en gardes historiques et découvertes scientifiques	10
Alertes historiques : les tampons à haute absorptions et le syndrome du choc toxique dans les années 1980-1990	10
Persistantes préoccupations : additifs allergéniques, produits parfumés, composés organiques volatiles et nanoparticules	10
L'« effet cocktail » : mélanges chimiques et risques cumulatifs	11
L'impact potentiel pour la santé	11
L'impact général des produits dangereux	11
Études de cas relatifs à la santé reproductive et à d'autres problèmes de santé	12
Plusieurs scandales, aucune action. Pourquoi ?	14
L'état de la recherche : vue d'ensemble des contrôles menés sur les produits menstruels (2002-2025)	14
Une préoccupation publique	15
La mobilisation de la société civile	17
Régulations européennes existantes, risques et opportunités associés	19
Mesures réglementaires (comparaisons de l'UE et des États-Unis)	20
Quel cadre réglementaire pour l'UE ?	21
Le cadre actuel : réglementation générale de la sécurité des produits et réglementation des produits chimiques	21
Initiatives émergentes : normalisation et autoréglementation de l'industrie	21
Lacunes persistantes et fragmentation réglementaire	22
Regards sur les instruments européens : REACH, l'Écolabel européen, et d'autres initiatives de transparence	22
Vers un cadre européen cohérent	24
La santé et l'environnement devraient être des exigences	25
L'impact écologique des produits menstruels	25
La responsabilité sanitaire et environnementale comme une question de droits humains	26
L'opportunité pour la gouvernance européenne de promouvoir des produits menstruels sains et durables	27
Perspectives et recommandations supplémentaires	29
Financer davantage d'études	30
Le coût de la science	30
Lacunes de la recherche et défis méthodologiques	30
Créer un cadre légal pour la réglementation et la transparence	31
La réglementation et les limites des pratiques actuelles	31
Repenser la réglementation et exiger la responsabilisation des fabricants	31
Pour la transparence	31
Les protections réutilisables : opportunités et mises en garde	32
Établir des labels et des normes	32
Les promesses et limites de la normalisation	32
L'étiquetage comme outils d'émancipation du public	33
Renforcer la participation de la société civile	33
La force de la mobilisation	33
Relier les preuves et l'action publique	33
Construire une coalition européenne	34
Recommandations concrètes et lignes directrices pour les mesures	34
1. Santé et sécurité	34
2. Transparence et droit des consommateur-rices	34
3. Environnement et circularité	35
4. Recherche, innovation et savoirs	35
5. Gouvernance, participation et droits humains	36
Conclusion	37
Bibliographie	39

00

Introduction

Les produits menstruels sont un bien essentiel utilisé par approximativement la moitié de la population dans l'Union Européenne (soit environ 112 000 000 personnes chaque année), pour en moyenne quarante années de leur vie reproductive (Menstrual Matters, 2025). Malgré cela, ces produits restent très largement non règlementés sur des critères de santé et de sécurité chimique. Bien que l'UE ait établi des cadres régissant les cosmétiques, les appareils médicaux, les jouets et les matériaux destinés au contact alimentaire, il n'existe actuellement pas de standard exhaustif et harmonisé concernant les produits menstruels, jetables ou réutilisables.

Cette disparité persiste malgré l'accumulation de preuves de la présence de substances nocives dans ces produits, et de preuves qu'ils contribuent significativement à la pollution plastique, et qu'ils constituent des risques de santé chroniques par l'exposition prolongée au contact des muqueuses. Simultanément, le manque de transparence empêche les consommateur·rices de faire des choix éclairés sur la base de leurs besoins de santé et de leurs valeurs éthiques ou environnementales. Des enquêtes montrent que 83 % des européen·nes veulent connaître la composition de leurs produits menstruels (Règles Élémentaires, 2025), pourtant les lois actuelles ne garantissent pas la possibilité d'exercer ce droit.

Les produits menstruels représentent aussi un défi environnemental grandissant. Plus de 80 % des serviettes et tampons finissent dans des décharges (Harrison et Tyson, 2023) où les composants plastiques peuvent persister pendant des siècles (World Wide Fund for Nature [WWF], 2025). Leur production et élimination contribuent aux émissions de gaz à effet de serre et à la pollution plastique globale (Jambeck et Walker-Franklin, 2023).

La négligence réglementaire des produits menstruels constitue donc une triple défaillance : en santé publique, en protection environnementale, et en droits des consommateur·rices. La résolution de ces déficiences est alignée avec objectifs centraux de l'UE dans le cadre du pacte vert pour l'Europe (*European Green Deal*), de la Stratégie pour la durabilité dans le domaine des produits chimiques, et de la Stratégie en faveur de l'égalité entre les hommes et les femmes. Cette étude vise ainsi à souligner pourquoi il est important pour l'UE d'agir maintenant, et comment le faire.

Exposition du problème

La spécificité des produits menstruels

1. Exposition :

À peu près la moitié de la population européenne utilise ces produits régulièrement pendant des décennies, et ceux-ci sont en contact direct et prolongé avec les membranes des muqueuses, des voies hautement perméables à l'absorption chimique. Les recherches sur la physiologie des muqueuses montrent ainsi que « en tant que membrane muqueuse, le vagin est capable de sécréter et d'absorber des fluides à un taux plus élevé que la peau, et

cela concerne également certaines des parties externes de la vulve, notamment le clitoris, le capuchon clitoridien, les petites lèvres, et l'urètre » (Wendee, 2014, p. A72).

2. Transparence :

Le droit d'accéder à la liste complète des composants fait défaut aux consommateur·rices, malgré de multiples demandes (par des pétitions et des enquêtes de groupes de consommateur·rices) et malgré le droit à des produits sûrs, juridiquement établi par le Règlement relatif à la sécurité générale des produits (UE 2023/988, RSGP). Malheureusement, le RSGP ne crée pas de catégories explicitement dédiés aux produits menstruels et assimilés, limitant de ce fait le plein exercice de ce droit pour les consommateur·rices. De même, la plupart des fabricants ne rendent pas publique la liste entière des ingrédients utilisés dans les produits menstruels, et leur potentiel impact nocif.

3. Déchets :

Au-delà de leur composition matérielle, les produits menstruels constituent un défi environnemental majeur. En Europe, les produits menstruels sont la cinquième plus grande source de pollution plastique sur les côtes européennes (Daish, 2020), de plus, certains produits à usage unique sont jetés dans les toilettes, ce qui signifie qu'ils peuvent atteindre la mer et à terme échouer sur les plages (Programme des Nations Unies pour l'Environnement [PNUE], 2021). Ils contiennent plusieurs variétés de plastiques et de composés chimiques apparentés (Cabrera et Garcia, 2019), et une fois jetés, la majorité finit dans les décharges, où ils peuvent nécessiter jusqu'à 500 ans pour se décomposer (PNUE, 2021). Au cours de leur cycle de vie, la production et l'usage des plastiques constitue 3,4 % des émissions de gaz à effet de serre globales. C'est une préoccupation majeure, considérant que les personnes menstruées utilisent entre 5 000 et 15 000 serviettes et tampons au cours de leur vie (Borunda, 2019). Et pourtant, le manque de recherche et d'investissement industriel dans leur possibilité de recyclage ou de gestion durable de leur fin-de-vie est criant. Cette négligence montre que le problème environnemental n'est pas traité selon des principes d'économie circulaire (Harrison et Tyson, 2023 ; WWF, 2025).

L'importance des normes de sécurité

Tous ces éléments et ces spécificités soulignent le besoin urgent de normes de sécurité propres. Des exemples historiques et récents de produits menstruels responsables de problèmes médicaux, de maladies, voire de décès ont été documentés. Ces conséquences résultaient soit de la composition même des produits, soit d'un usage inadéquat, souvent dû à une information insuffisante ou inadaptée mise à disposition des consommateur·rices. Ces situations, qui feront l'objet de développements dans les sections suivantes, soulignent l'urgence du besoin de prendre en compte les conséquences sur la santé comme un axe majeur de la réglementation des produits menstruels.

Par conséquent, quand nous faisons référence dans ce document aux normes de sécurité, nous ne désignons pas seulement des produits « simples d'utilisation » ou suffisamment absorbants, mais des produits qui prennent en compte de manière extensive la santé de leurs usager-ères, qui protègent leur droit à l'information par la transparence, et qui limitent les dégâts environnementaux du produit au cours de son cycle de vie.

L'absence de tels standards à l'échelle de l'UE signifie que les produits menstruels restent illogiquement classifiés comme des biens de consommation, laissant des vides considérables dans leur surveillance. De surcroît, les initiatives de niveau européen actuelles, telles que l'Empreinte environnementale des produits du Centre commun de recherche (CCR), se focalisent sur la gestion des déchets et la durabilité, sans prêter attention à la protection de la santé. La même limite s'applique à l'Écolabel européen, qui permet aux consommateur-rices de choisir des options plus « vertes » sans pleinement mesurer leur impact potentiel sur la santé. Des normes de sécurité spécifiques aux produits menstruels rendraient possible une approche plus exhaustive.

Quel rapport avec la fabrication des produits ?

Malgré la grandissante conscience publique de l'exposition chimique et de l'impact environnemental, les réactions réglementaires restent parcellaires et incomplètes. Là où certaines juridictions (notamment la France et l'Espagne) ont adopté des interdictions, des recommandations, ou des obligations de transparence, ces mesures ont une portée limitée, ne portant typiquement que sur les ingrédients ajoutés intentionnellement et excluant les polluants, les résidus, et les sous-produits qui peuvent entrer dans le produit au cours de sa fabrication ou sa transformation (Agence nationale de sécurité sanitaire, de l'alimentation, de l'environnement et du travail [ANSES], 2018 ; Décret n° 2023-1427 ; Ley Orgánica 1/2023 ; Senate Bill S.2387-B/A.164-B, 2019 ; Tampon Act A.B. 2515, 2024 ; Vermont Statutes Annotated, 2026). Par conséquent, l'information fournie aux consommateur-rices reste partielle et insuffisante, et ne prévient pas le risque potentiel pour la santé, ou les « effets de mélange » de produits nocifs (CHEM Trust, 2022 ; Martin, 2023).

La majorité des risques associés aux produits menstruels trouve son origine en amont, dans les processus de fabrication et les choix de matériaux, c'est pourquoi assurer la sûreté relève en définitive de la responsabilité des producteurs. Si cette responsabilité repose clairement chez le fabricant, le cycle de vie entier du produit, de la sélection des matériaux bruts à l'emballage et à la gestion des déchets, peut être orienté vers une production plus sûre et respectueuse de la santé et de l'environnement (Harrison et Tyson, 2023).

À l'inverse, lorsque la responsabilité de vigilance est placée sur les consommateur-rices, l'impact de mesures de transparence ou de labels « verts » reste limitée, puisque les usager-ères ne peuvent vérifier la sûreté des produits ou de réellement comparer leurs options (Règles Élémentaires, 2025 ; Women Environmental Network [WEN], 2025). En somme, la sécurité systémique ne peut être atteinte que lorsque la responsabilité est intégrée au niveau industriel et soutenue par des standards opposables et une transparence complète.

Objectifs de l'étude

Ce rapport a trois objectifs principaux :

1 → Identifier les enjeux et les lacunes dans les connaissances relatives à la sûreté des produits menstruels à la fois pour la santé et pour l'environnement ;

2 → Démontrer que la responsabilité doit être déplacée du comportement individuel des consommateur-rices à une responsabilité structurelle au niveau industriel ;

3 → Présenter les données existantes et les bonnes pratiques qui peuvent encourager des réformes d'échelle européenne en faveur de produits menstruels plus sûrs, transparents et durables.

Méthodologie

Ce rapport a deux objectifs principaux : 1) offrir une vue d'ensemble de l'état actuel des réglementations des produits menstruels et des initiatives engagées pour s'en occuper ; et 2) formuler des recommandations concrètes et pratiques pour une réglementation de niveau européen. Pour y parvenir, il a été structuré en deux parties principales : une revue systématique de la littérature, et une série d'entretiens avec des parties prenantes.

1. Revue de la littérature

La revue de la littérature a fourni la fondation analytique de l'étude. Elle vise à identifier l'état des connaissances scientifiques, les lacunes réglementaires, et les nouvelles pratiques exemplaires concernant les dimensions sanitaire, environnementale, et sociale dans la fabrication des produits menstruels.

Une gamme étendue de sources a été examinée, notamment des articles scientifiques à comité de lecture, des rapports d'ONG, des textes législatifs, des documents de politique, et des publications d'agences officielles. La littérature scientifique nous renseigne sur les risques toxicologiques et les voies d'exposition, les évaluations d'impact environnemental, et les évaluations de santé publique. Des rapports additionnels d'organisations de droits des consommateur·rices et d'organisations à but non lucratif ont fourni des preuves du manque de sensibilisation et des demandes de transparence.

D'un point de vue législatif, nous avons passé en revue les cadres réglementaires existants et émergents pour établir des modèles comparatifs de politique. Notre focale était principalement tournée vers les pays de l'UE, particulièrement la France (Décret n°2023-1427) et l'Espagne (Ley Orgánica 1/2023), mais nous avons également procédé à une analyse comparative des États-Unis, où plusieurs États, dont New York, la Californie, et le Vermont, ont introduit des exigences de transparence ou des interdictions de PFAS entre 2019 et 2024. Nous avons également ajouté quelques autres exemples internationaux pertinents, considérant qu'ils étendent le champ des possibilités de régulation. Tous ces cas ont été analysés en rapport avec les instruments de politique de l'UE tels que le RSGP, le règlement « Enregistrement, évaluation et autorisation des produits chimiques » (CE 1907/2006, REACH) et la Stratégie pour la durabilité dans le domaine des produits chimiques.

La revue de littérature a ainsi produit un tableau de l'état actuel des réglementations sur un plan scientifique et sur le plan légal, soulignant les données lacunaires, l'application inégale, et le besoin de standards intégrés traitant simultanément de la santé, de l'environnement et des droits des consommateur·rices.

2. Entretiens avec des responsables

La seconde partie de la recherche a consisté à saisir les perspectives des responsables impliqués directement ou indirectement dans les aspects de direction, de production, ou de plaidoyer concernant les produits menstruels. Il était essentiel de rassembler une diversité de points de vue pour mettre en contexte les conclusions de la revue de littérature et pour développer des recommandations politiques faisables.

Approximativement 45 individus, parmi un large éventail de parties prenantes, ont été contactés entre juillet et novembre 2025, dont des représentant·es d'institution de l'UE, des membres du Parlement européen, des ONG, des expert·es académiques, des fabricants, et des organismes de normalisation. Cela a produit 19 réponses, 12 entretiens complets et une réponse écrite.

Des efforts ont été faits pour garantir un équilibre des perspectives politiques et une diversité institutionnelle. Au niveau des institutions européennes, des demandes d'entretiens ont été faites auprès de la Commission Européenne (en particulier dans les unités DG SANTE, DG GROW et DG ENV) ; cependant, à cause de la durée de l'étude, la plupart des courriels sont restés sans réponse. Au sein du Parlement européen, les député·es ont été choisis dans plusieurs groupes politiques (GUE/NGL, PSE, PPE, et Verts/ALE), en s'intéressant aux membres des commissions IMCO, SANT, ENVI et FEMM, compte tenu de leur pertinence pour la sûreté des produits, la santé et l'égalité de genre. Les entretiens ont pu être effectivement conduits avec Saskia Bricmont (Verts/ALE) et Ana Moura Goncalves (Sous-commission de la santé publique pour GUE/NGL). Joanna Scheuring-Wielgus (PSE) a répondu par écrit à nos questions, un entretien n'ayant pas pu être organisé. Des membres des groupes PSE et PPE ont fait part de leur volonté de participer mais des contraintes de calendrier empêchèrent les rencontres.

Au niveau de la société civile, des entretiens ont été tenus avec CHEM Trust et Women's Environmental Network (WEN), deux organisations qui ont mené la lutte pour des produits non toxiques et pour la transparence de la santé menstruelle. Ces discussions ont offert un éclairage essentiel sur les lacunes réglementaires de l'UE au sujet des produits chimiques et sur les limites des systèmes actuels de déclaration volontaire. Des organisations impliquées dans la campagne Menstrual Matters EU du 28 mai 2025 ont aussi contribué à la base de connaissances en fournissant des revues de presse sur le sujet depuis leurs propres pays. Parmi les experts scientifiques et techniques, l'étude a rassemblé des contributions de spécialistes en microbiologie, chimie et toxicologie, aidant à clarifier les fondations scientifiques des risques de contamination et les besoins de test. Il est important de noter que l'équipe a également fait un entretien avec un représentant de l'Organisation internationale de normalisation (ISO), spécifiquement du comité technique 338, qui développe actuellement une norme internationale des produits menstruels.

Pour s'assurer de la prise en compte des perspectives des acteurs industriels, des entretiens ont été faits avec deux fabricants : Cohitec, une entreprise spécialisée dans les matériaux à haute-absorption, et VYLD, une compagnie innovante produisant des produits menstruels à base d'algues. Ces discussions ont apporté un éclairage sur les difficultés techniques et les opportunités pour mettre en place des processus de production plus sûrs et plus durables.

Dans l'ensemble, ces entretiens ont révélé une reconnaissance partagée du besoin d'harmonisation au niveau européen, mais aussi des perspectives différentes sur les manières d'équilibrer innovation, accessibilité et charge réglementaire.

3. Limites

La Commission européenne a répondu à nos demandes d'entretien. Cependant, à cause de contraintes temporelles, nous n'avons finalement pas pu mener ces entretiens à temps pour les inclure dans ce rapport.

De plus, l'absence de données accessibles au niveau européen sur la composition chimique des produits menstruels a empêché de procéder à une évaluation quantitative exhaustive des niveaux d'exposition. La plupart des données disponibles viennent donc de campagnes de test au niveau national, ou menées par des ONG, qui varient dans leurs méthodologie et échelle.

À cause de contraintes de temps, nous n'avons pu conduire d'entretiens avec des consommateur-rices et nous avons donc recueilli leurs perspectives principalement par la revue de littérature, complétée par une recherche limitée sur des forums d'usager-ères et des sources librement accessibles en ligne.

Enfin, quoique les entretiens avec des responsables aient apporté de précieux éclairages qualitatifs, leur nombre et diversité ne peut pleinement saisir le paysage européen dans son ensemble. Les conclusions doivent donc être interprétées comme indicatives plutôt qu'exhaustives, quoiqu'elles offrent déjà de solides fondements pour des recommandations politiques ciblées. Au regard de ces limites, nous considérons qu'il serait important qu'une seconde version de ce rapport, ou de futures études, incluent des entretiens avec des consommateur-rices et des patient-es qui ont fait l'expérience de complications liées à des produits menstruels, ainsi qu'un échantillon plus étendu de tous les groupes impliqués. Néanmoins, ce rapport est un premier en son genre, et se destine à servir de point de départ.



01

**Un état de la
recherche existante
sur la santé,
les droits des
consommateur·rices,
et l'environnement**

Mises en gardes historiques et découvertes scientifiques

Alertes historiques : les tampons à haute absorptions et le syndrome du choc toxique dans les années 1980-1990

Les préoccupations sur les risques sanitaires associés aux produits menstruels ne sont pas nouvelles. Dès les années 1980, les États-Unis ont fait face à une crise majeure de santé publique qui mis en lumière à la fois la complexité biologique de la menstruation et le déficit réglementaire autour des produits menstruels. Plus de 800 femmes développèrent un syndrome du choc toxique, entraînant une vingtaine de décès, les enquêtes montrèrent un lien direct avec l'usage de tampons à haute absorption faits de fibres synthétiques (Shands, Schmid, Dan et al., 1980).

À l'époque, l'absence de réglementations claires ou de normalisation des produits empêchaient les usager-ères de choisir des tampons appropriés à leur flux menstruel. Cette absence d'indications contribuait à des usages inappropriés des produits et à une rétention prolongée, créant des conditions favorables pour une prolifération bactérienne de *Staphylococcus aureus*. Cet épisode démontre la possibilité de conséquences sévères ou fatales pour la santé du fait de la conception des produits et de carences d'information, soulignant le besoin de surveillance toxicologique et microbiologique complète.

Cette tragédie a révélé le manque de connaissances au sujet de la physiologie menstruelle et de l'interaction entre matériaux synthétiques et microbiome vaginal. Ce fut un moment charnière dans la sensibilisation à la santé publique, et pourtant, plusieurs décennies plus tard, nombre des causes structurelles de cette crise restent sans résolution, en particulier l'absence de normes transparentes et harmonisées d'une juridiction à l'autre.

Persistantes préoccupations : additifs allergéniques, produits parfumés, composés organiques volatiles et nanoparticules

À la suite de la crise du choc toxique, l'attention s'est progressivement étendue, au-delà des dangers microbiologiques, vers la composition chimique et matérielle des produits menstruels. La recherche a identifié au cours des deux dernières décennies une gamme d'additifs allergéniques, de parfums, de composés organiques volatiles (COV) et de nanoparticules utilisés dans les produits jetables et réutilisables, dont beaucoup ne sont pas cités sur l'emballage (AVICENN, 2022 ; Desmedt, Marcelis et al., 2020 ; Dio Ferreira, Galvão et Appoloni, 2023 ; Marcelis, Gatzios, Deconinck et al., 2022 ; Lin, Ding, Meza-Wilson et al., 2020).

Des additifs allergéniques ont été détectés dans diverses lignes de produits, causant des effets néfastes tels que brûlures, démangeaisons et irritations.

Pourtant, ces substances ne sont souvent pas mentionnées sur les étiquettes, empêchant les personnes menstruées d'identifier l'origine de leurs réactions ou de faire un choix informé. Le problème est aggravé dans le cas des produits menstruels parfumés, qui peuvent contenir des composés parfumés avec des propriétés sensibilisantes. Une étude de 2022 a découvert que les niveaux d'héliotropine émis par un tampon parfumé dépassaient les limites d'exposition jugées sûres, constituant un risque de réponses allergiques ou irritantes (Marcelis, Gatzios, Deconinck et al.). L'absence d'information sur les ingrédients sur l'emballage reste une barrière considérable à la prévention et à la responsabilité.

Les COV, une catégorie de produits chimiques qui s'évaporent facilement dans l'air, ont également été identifiés dans des produits menstruels (Lin, Ding, Meza-Wilson, et al., 2020). Largement répandus dans les dissolvants, adhésifs et parfums synthétiques, les COV peuvent entrer le corps par inhalation ou absorption dermique. L'exposition à long terme a été associée à une toxicité du système reproductif, une neurotoxicité, une perturbation du système immunitaire, et des effets carcinogènes (Zhou, Zhou et al., 2023). Compte tenu de la proximité des produits menstruels aux tissus des muqueuses, et de la régularité de leur usage, ces expositions suscitent des préoccupations légitimes quant à la santé, qui méritent davantage d'attention de la part des instances réglementaires.

En parallèle, l'intégration de nanotechnologies dans les textiles, conçues pour améliorer la capacité d'absorption, la maîtrise des odeurs, ou des propriétés antimicrobiennes, a apporté de nouveaux niveaux d'incertitude. Bien que les nanoparticulaires ont fait l'objet de réglementations dans la nourriture et les cosmétiques, leur usage dans les textiles, y compris dans les sous-vêtements menstruels, reste largement non réglementé. L'organisation française AVICENN (2022) a trouvé des nanoparticules dans des sous-vêtements menstruels de plusieurs marques, et Dio Ferreira, Galvão et Appoloni (2023) ont ensuite confirmé que laver ces vêtements pouvait libérer des nanoparticules dans les eaux usées, risquant de causer une contamination environnementale. Bien que la pleine étendue des conséquences toxicologiques ne soit pas encore comprise, de premiers indices suggèrent que les nanoparticules peuvent migrer dans les corps par contact dermique ou muqueux, méritant une approche préventive.

Ces découvertes prises ensemble démontrent que les risques pour la santé associés aux produits menstruels ne sont pas isolés, exceptionnels ou purement anecdotiques, mais persistants et évolutifs. Elles indiquent des lacunes systémiques dans l'évaluation toxicologique, la transparence des informations chimiques, et la surveillance de la conception de produit. Malgré l'accumulation de documentation scientifique, les mécanismes réglementaires continuent à traiter les produits menstruels comme des biens de consommation ordinaires, laissant les usager-ères sans protection face au risque d'exposition à base dose, chimique et matérielle, sur le long terme.

L'« effet cocktail » : mélanges chimiques et risques cumulatifs

Au-delà des substances individuelles, une préoccupation importante mais encore sous-étudiée porte sur les effets combinés de multiples produits chimiques, souvent désignés comme « effet cocktail ». Les produits menstruels contiennent rarement un unique contaminant ; ils comprennent généralement, en réalité, un mélange complexe de phtalates, PFAS, résidus de pesticides, COV, dérivés du chlore, et métaux lourds (CHEM Trust, 2022 ; Martin, 2023 ; Martin, Scholze, Ermler et al., 2021).

Les cadres de référence d'évaluation des risques, que ce soit dans l'UE, aux États-Unis, ou au niveau international, évaluent généralement les produits chimiques isolément, définissant des seuils d'exposition pour chaque substance indépendamment. Cependant, la recherche scientifique montre de plus en plus que lorsque de multiples produits interagissent, leurs effets peuvent s'additionner, s'accumuler dans la durée, ou créer une synergie, où les effets combinés dépassent la somme des risques individuels. Ce phénomène a été particulièrement bien documenté pour les perturbateurs endocriniens, qui peuvent affecter les systèmes hormonaux même à de très faibles doses.

Le risque associé aux produits menstruels est accru par trois facteurs aggravants :

1 → Le mode d'exposition : les tampons, serviettes et sous-vêtements menstruels sont en contact direct et prolongé avec des tissus des muqueuses, qui sont significativement plus perméables que la peau. Cela permet une plus grande absorption dans la circulation sanguine (Farage, Lennon et Ajayi, 2011).

2 → L'usage chronique : les produits menstruels sont utilisés mensuellement sur une période d'environ quarante années, causant une exposition durable et de long terme aux contaminants.

3 → L'exposition cumulée : les substances détectées dans les produits menstruels contribuent à la base d'exposition via la nourriture, l'eau, l'air et les cosmétiques, créant une charge chimique totale qui excède largement les seuils jugés sûrs pour des substances isolées.

Malgré cela, aucun des cadres réglementaires étudiés (dans l'UE et aux États-Unis) n'intègrent actuellement les effets de mélange dans les normes de sécurité des produits menstruels. L'hypothèse courante reste que si chaque substance reste en dessous d'un seuil individuel le produit dans son ensemble est jugé sûr, une idée qui est désormais contestée par les données scientifiques.

L'implication est claire : les modèles réglementaires qui ignorent les effets de mélange sous-estiment systématiquement les dangers sanitaires réels.

Il est essentiel de corriger ce défaut pour que l'UE puisse établir des normes de sécurité fiables et au service de la santé, prenant en compte les formes réelles d'exposition. Il y a un besoin urgent d'études supplémentaires sur les risques cumulés et les effets des interactions pour diriger une politique fondée sur la recherche.

En conclusion, l'accumulation des preuves, de la crise du choc toxique dans les années 1980 aux récentes découvertes de nanoparticules et de mélanges chimiques complexes, illustre une trajectoire continue de mises en gardes scientifiques et d'inertie réglementaire. Ces découvertes appuient l'importance de normes de sécurité exhaustives et harmonisées au niveau européen, prenant plein compte des aspects toxicologiques, microbiologiques et environnementaux de la sécurité des produits.

L'impact potentiel pour la santé

L'impact général des produits dangereux

L'exposition cumulée aux substances dangereuses par des produits menstruels pourrait représenter un risque de santé publique complexe. Au-delà de réactions irritantes et allergiques, la multiplication de preuves toxicologiques et reproductives résultent de l'exposition de long terme à la peau et aux muqueuses (Raef et Elmariah, 2021). Ces produits étant utilisés répétitivement et en proximité intime avec des membranes muqueuses perméables, même une exposition à faible dose à ces composés dangereux peut conduire à la bioaccumulation et à un stress physiologique cumulatif.

Des analyses récentes ont détecté des métaux lourds et des substances perfluoroalkylées et polyfluoroalkylées (PFAS) dans des produits menstruels (Shearston, Upson, Gorder et al., 2024 ; Wicks, Brady, Whitehead et al., 2025). Les métaux lourds tels que le plomb, le cadmium, le mercure et l'arsenic sont des cancérigènes reconnus (Verma, Rachamalla et al., 2023). Même à basses concentrations, ils sont associés à des cancers du sein, de la peau, du foie et de l'appareil digestif, et avec une toxicité neurologique et développementale (Kim, Kim et Seo, 2015). Les produits menstruels étant utilisés pendant des décennies, cette voie d'exposition chronique est particulièrement préoccupante. Les processus industriels continuent à utiliser des métaux lourds dans les pigments, stabilisateurs et résidus de fabrication, permettant la persistance de contaminants à l'état de traces malgré leur toxicité connue.

Les composés PFAS, de leur côté, sont des substances chimiques persistantes et bioaccumulables largement utilisées pour leurs propriétés hydrophobes et de résistance aux tâches. L'exposition par la peau est l'une des voies les plus pertinentes pour l'absorption des PFAS, en particulier dans le contexte de contacts prolongés aux muqueuses (De Silva, Armitage, Bruton et al., 2021).

Certains PFAS ont été liés à des troubles reproductifs et développementaux, une suppression immunitaire, des troubles hormonaux, et des niveaux élevés de cholestérol (Panieri, Baralic et Djukic-Cosis et al., 2022 ; United States Environmental Protection Agency [EPA], 2024b). Cependant, leur profil toxicologique n'est encore que partiellement compris parce que la famille des PFAS contient des milliers de composés avec des structures et puissances diverses. Bien que les données sur les PFAS dans les produits menstruels restent limitées, toutes les études disponibles soulignent une tendance persistante de risque potentiel, accru par la haute perméabilité des tissus vaginaux et l'usage récurrent des produits.

Des résidus de pesticides ont été trouvés de manière répétée dans des tampons et serviettes (WEN, 2025 ; Weaving Voices for Health and Justice [Weave], 2013). Leur présence découle de la culture du coton et de processus de purification insuffisants. La muqueuse vaginale étant hautement vascularisée et absorbante, même des traces de résidus de pesticides peuvent efficacement traverser la barrière épithéliale. L'exposition chronique, même à des doses non toxiques, a été associée avec tout un ensemble de maladies non transmissibles, dont la maladie de Parkinson, l'asthme, des troubles mentaux, le TDAH, la leucémie et le lymphome non hodgkinien (Pesticide Action Network UK [PAN UK], s.d.). Une revue de littérature systémique par Shekhar, Khosya, Thakur et al. (2024) a confirmé les associations entre exposition de long terme aux pesticides et dégradation neurologique, troubles endocriniens, et carcinogénèse. Ces découvertes soulignent que les contaminations par des « traces » ne peuvent pas être considérées a priori sans danger quand l'exposition est répétée, cumulative et passe par les muqueuses.

Les nanoparticules sont une préoccupation encore émergente. Leur taille et leur rapport surface/volume élevé augmentent leur réactivité et leur potentiel de pénétration biologique. L'exposition des consommateur-rices dépend de la composition chimique et de l'interaction des nanoparticules avec les fibres textiles, les revêtements et les gels absorbants. Les routes principales d'exposition incluent le contact par la peau, l'inhalation et l'ingestion (Almeida et Ramos, 2017). De plus, l'élimination de produits contenant des nanoparticules peut conduire à une exposition humaine secondaire par contamination environnementale.

La recherche a montré que les nanoparticules peuvent provoquer des réponses inflammatoires dans les poumons (Bonner, 2010) and peuvent affecter négativement le système reproductif (Xuan, Ju, Skonieczna et al., 2023). Une étude par Gholiof, Wessel, Foster et al. (2025) a démontré que les nanoplastiques de polystyrène perturbent la fonction ovarienne chez les souris, réduisant les niveaux de progestérone, rétrécissant les follicules antraux et rallongeant les cycles œstraux. Ces effets suggèrent de possibles conséquences sur la fertilité et le système endocrinien d'une exposition humaine chronique.

Considérant que les produits menstruels incluent toujours davantage de nanomatériaux, que ce soit comme revêtement antimicrobien, ou pour accroître l'absorption, ces découvertes justifient que des évaluations préventives conditionnent l'autorisation de commercialisation.

Chacune de ces classes de substances (métaux lourds, PFAS, pesticides et nanoparticules) pose des difficultés toxicologiques propres. Pourtant, leurs présences combinées dans les produits menstruels introduisent des effets de mélanges qui sont rarement considérés dans les cadres actuels d'évaluation des risques. L'exposition chronique à base dose à de multiples polluants peut conduire à une toxicité additive ou synergique, particulièrement pour les systèmes endocrinien, reproductif et immunitaire. Les études sur les affections de la vulve et du vagin, telles que la dermatite chronique et le prurit, soulignent combien l'irritation chimique menace la barrière épithéliale, augmentant ainsi la sensibilité à des agents allergéniques et toxiques (Raef et Elmariah, 2021). L'interaction de l'exposition chimique et de la dysfonction des barrières souligne la vulnérabilité systémique créée par des produits menstruels mal régulés.

Quoique les voies causales directes soient encore étudiées, la convergence des preuves toxicologiques indique que l'exposition des muqueuses à des produits dangereux pourrait contribuer à toute une gamme d'effets de long terme, de l'irritation locale et la perturbation du microbiome à un impact systémique sur les systèmes endocrinien et reproductif. La rareté des études longitudinales laisse de l'incertitude quant à la relation dose-effet, mais les données existantes justifient l'adoption du principe de précaution pour la réglementation et la conception de produit. Lutter contre ces risques exige l'intégration de normes de sécurité combinant restriction chimique, transparence sur les composants, et analyse exhaustive des effets aigus comme chroniques.

Études de cas relatifs à la santé reproductive et à d'autres problèmes de santé

La sûreté des produits menstruels doit être considérée dans le cadre étendu de la santé reproductive et des autres problèmes de santé qui affectent disproportionnellement les femmes et les personnes menstruées (telles que les maladies cardiovasculaires), où l'environnement et l'exposition chimique sont de plus en plus reconnus comme des déterminants significatifs de maladies chroniques. Au cours des dernières décennies, des maladies telles que l'endométriose, le syndrome des ovaires polykystiques (SOPK), l'infertilité, les maladies auto-immunes et les troubles cardiovasculaires ont attiré une attention grandissante à cause de leur lien possible avec les perturbateurs endocriniens et d'autres polluants industriels (National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2024).

Ces substances, communément trouvées dans les plastiques, les cosmétiques, et les produits d'hygiène, sont aujourd'hui également identifiées dans les produits menstruels eux-mêmes, où des composés tels que le Bisphénol A (BPA) ont été trouvés dans des concentrations mesurables (Marroquin, Kiomourtzoglu et al., 2024). Le BPA est connu pour interférer dans la régulation hormonale, la fonction reproductive, l'équilibre immunitaire, soulevant des inquiétudes quant au risque que les produits menstruels puissent servir de source additionnelle d'exposition à des produits chimiques déjà impliqués dans des maladies chroniques. Il est donc essentiel de comprendre ces associations pour mesurer l'intersection de la sûreté des produits intimes avec les injustices systémiques plus générales de la santé et de la reproduction dans le contexte européen.

Les perturbateurs endocriniens sont des composés capables d'imiter, bloquer, ou altérer les hormones naturelles, perturbant ainsi les processus régulés par les œstrogènes, androgènes et autres hormones stéroïdiennes (Zlatnik, 2016). Leur interférence a été reliée à des irrégularités menstruelles, infertilités, troubles métaboliques, et des pathologies hormono-dépendantes. Un des exemples les plus étudiés est le BPA, communément utilisé dans la production plastique. L'exposition au BPA a été répétitivement associée au SOPK, un trouble hormonal qui dégrade la fonction ovarienne et qui est caractérisée par une ovulation irrégulière, des niveaux élevés d'androgènes et des kystes ovariens (National Health System [NHS], s.d. ; Zhan, Tang, Shen et al., 2023). Il a été trouvé que les personnes avec un SOPK montrent des concentrations sériques plus élevées de BPA, suggérant un possible lien de causalité (Kandaraki, Chatzigeorgiou, Livadas et al., 2011 ; Hossein Rashidi, Amanlou, Behrouzi Lak et al., 2017). Mécaniquement, le BPA pourrait stimuler la production d'androgènes et réduire la sensibilité à l'insuline, deux facteurs clés de la pathogénèse du SOPK (Rashidi, Amanlou, Behrouzi Lak et al., 2017). De surcroît, l'exposition au BPA a été associée à une réduction du nombre de follicules antraux, indiquant une réduction des réserves ovariennes et un potentiel de fertilité réduit (Souter, Smith, Dimitriadis et al., 2013).

D'autres preuves impliquent également le BPA dans le développement de l'endométriose, une maladie chronique caractérisée par la croissance de tissus de type endométrial en dehors de l'utérus, provoquant inflammation, cicatrifications et douleurs pelviennes (EndoFrance, s.d.). Des études animales et humaines suggèrent que le BPA pourrait susciter la croissance et la persistance de lésions endométriales ectopiques par des mécanismes œstrogéniques et immunomodulateurs (Wilk, Ostrowska, Białka et al., 2017 ; Rashidi, Amanlou, Behrouzi Lak, Ghazizadeh, Haghollahi et al., 2017). Des concentrations plus élevées de BPA ont été détectées dans le sérum et les fluides péritonéaux de femmes avec endométriose, par comparaison avec les groupes de contrôle, soutenant l'hypothèse d'une relation dose-effet (Rashidi, Amanlou, Behrouzi Lak, Ghazizadeh et Eslami, 2017).

Les phtalates, un autre groupe de plastifiants, ont également montré de similaires associations à des troubles reproductifs et métaboliques. Trouvés dans les emballages alimentaires, les cosmétiques et les appareils médicaux, les phtalates sont connus pour perturber la signalisation des œstrogènes et androgènes (Kalsi Rajashekara, Natarajan, Srinivasan et al., 2025). En Corée, une étude de cas-témoins a révélé que les niveaux plasmatiques de métabolites de phtalates étaient significativement plus élevés chez les femmes ayant une endométriose de stade avancé, suggérant un rôle potentiel dans la progression (Kim, Chun, Chae et al., 2011). La recherche en laboratoire confirme que les phtalates peuvent induire du stress oxydatif et de l'inflammation dans le tissu endométrial, permettant potentiellement l'implantation et le maintien de lésions (Cho, Park et Han, 2015).

Au-delà des troubles reproductifs, les perturbateurs endocriniens sont de plus en plus impliqués dans les maladies auto-immunes et cardiovasculaires. L'exposition persistante aux composés tels que le BPA et les phtalates pourrait conduire à une dérégulation immunitaire, partiellement via l'inflammation chronique et le stress oxydatif (Rashidi, Amanlou, Behrouzi Lak, Ghazizadeh et Eslami, 2017 ; Kalsi Rajashekara Natarajan, Srinivasan et al., 2025). Des études épidémiologiques ont identifié des associations entre taux élevés de BPA et hypertension, athérosclérose, et maladie coronarienne (Shankar, Teppala et Sabanayagam, 2012). Ces produits chimiques peuvent dégrader la métabolisation des lipides et la fonction vasculaire endothéliale, des mécanismes centraux pour la santé cardiovasculaire. Similairement, les perturbateurs endocriniens peuvent altérer les réponses immunitaires, prédisposant les individus à des maladies auto-immunes telles que la thyroïdite ou le lupus érythémateux disséminé (Kuo, Yang et al., 2012).

Considérées collectivement, ces preuves démontrent que l'exposition aux produits chimiques industriels, en particulier le BPA et les phtalates, peut affecter de multiples systèmes biologiques, de la régulation hormonale à l'équilibre cardiovasculaire et immunitaire. Ces découvertes suggèrent que les produits menstruels contaminés avec de telles substances peuvent contribuer, même indirectement, à des problématiques de santé chroniques déjà répandues parmi les femmes et les personnes menstruées. Traiter ces risques exige non seulement davantage de recherches mais aussi une réglementation extensive, garantissant que la sûreté des produits menstruels reflète leur usage intime et répété et leur rôle central dans la protection de la santé publique.

Plusieurs scandales, aucune action. Pourquoi ?

L'état de la recherche : vue d'ensemble des contrôles menés sur les produits menstruels (2002-2025)

Au cours des deux dernières décennies, un nombre croissant d'études scientifiques et d'enquêtes menées par des ONG ont révélé la présence de substances dangereuses dans les produits menstruels. Les preuves pointent vers un schéma répété : chaque nouvelle vague de contrôles identifie une nouvelle catégorie de produits chimiques suscitant des préoccupations, élargissant le champ des risques sanitaires et environnementaux associés à ces produits essentiels.

Les premières alertes scientifiques sont venues des États-Unis. Dans une étude revue par comité de lecture, DeVite et Schechter (2002) rendirent publique dans *Environmental Health Perspectives* la présence confirmée de dioxines et de furanes. Ce sont des polluants organiques persistants, connus pour être carcinogènes et pour leur capacité à perturber le système endocrinien. Une étude de suivi a renforcé ces conclusions en 2005, démontrant que des niveaux faibles de contamination à la dioxine se mesuraient dans tout un ensemble de marques de tampons et de serviettes (Archer, Mabry Smith, Shojaee et al., 2005). Ces découvertes initiales ont soulevé des questions quant à la possible responsabilité des processus de blanchiment et de purification de la cellulose dans la formation de tels composés.

Au début des années 2010, des organisations de la société civile avaient commencé à réaliser des contrôles indépendants des produits menstruels. L'ONG Weave publia le rapport *Chem Fatale* en 2013, faisant état d'un large éventail de composés organiques volatiles (COV), de phtalates, et de produits chimiques de parfum dans les serviettes et les tampons, et critiquant le manque de transparence et de contrôle obligatoires (Weave, 2013).

En 2014, Weave publia les résultats de tests pour les serviettes de la marque Always, identifiant du styrène, du chloroforme et de l'acétone, toutes des substances classifiées par l'agence de protection environnementale des États-Unis comme des possibles ou probables carcinogènes (EPA, 2024). À la même époque, des associations de consommateur-rices en Hongrie ont trouvé des phtalates, du triclosan et des parabènes dans les tampons et serviettes (Gergely, 2014).

En Indonésie, la fondation des consommateurs (YLKI) a révélé que toutes les serviettes testées contenaient des résidus mesurables de chlore, suggérant une déchloration incomplète au cours du blanchiment (The Jakarta Post, 2015). L'Office fédéral suisse de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (2016) a trouvé des dioxines, des furanes et des hydrocarbures aromatiques polycycliques (HAP) dans les tampons et les serviettes, des substances connues pour leur potentiel mutagène.

En Corée du Sud, l'agence nationale de la sûreté des produits alimentaires et médicamenteux a testé 641 serviettes sanitaires, et a identifié des solvants tels que le disulfure de carbone et le dichlorométhane, tous deux associés à des effets toxiques sur la reproduction (Ho-jung, 2017). Une étude en Chine a confirmé la présence de phtalates dans plusieurs marques de serviettes menstruelles (Chai, Han et al., 2018). En Argentine, des chercheurs indépendants ont détecté du glyphosate et des résidus d'acide AMPA dans les serviettes et tampons commerciaux (Agencia Telam, 2015), suscitant des inquiétudes sur l'exposition à des pesticides par la culture du coton.

La première évaluation européenne systématique de niveau gouvernemental fut publiée en 2019, quand l'agence française de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail (ANSES) conduisit une enquête de grande échelle sur les tampons et les serviettes. L'agence confirma la présence de composés organiques volatiles (COV), phtalates, pesticides et résidus des processus de fabrication dans presque tous les produits testés (ANSES, 2019).

La même année, l'Agence suédoise des produits chimiques (Kemikalieninspektionen [KEMI], 2018) a trouvé du formaldéhyde, des phtalates et des parfums allergènes dans des serviettes et protège-culottes, tandis que Weaves (2018) publiait « What's in Your Tampon », annonçant la découverte de benzène, de toluène et d'autres résidus de solvants dans des marques majeures de tampons étasuniens.

Entre 2020 et 2025, des chercheurs et des ONG ont documenté une nouvelle vague de contaminants, dont les PFAS, les métaux lourds et les nanoparticules :

→ En 2020, des analyses de laboratoires aux États-Unis ont détecté des PFAS dans plusieurs marques de tampons, serviettes et culottes menstruelles (Kluger, 2023).

→ En 2021, Martin et al. ont montré comment la présence de PFAS et de phtalates dans les biens de consommation contribue à la charge d'exposition humaine globale.

→ Kim et al. (2015) et Verma et al. (2023) ont étudié l'impact du plomb, du cadmium, du chrome et de l'arsenic sur le corps humain, confirmant le danger de l'exposition aux métaux lourds.

→ AVICENN (2022) a identifié des nanoparticules dans les sous-vêtements menstruels, tandis que Dio Ferreira et al. (2023) ont trouvé des preuves que les nanoparticules peuvent se diffuser dans l'eau au cours du lavage, contribuant à la contamination environnementale.

→ En 2024, une étude évaluant la présence de métaux dans les tampons a été publiée par la revue *Environment International* (Shearston, Upson, Gordon et al.). Ils y ont testé 30 tampons et évalué la concentration de 16 métaux et métalloïdes. Ils ont trouvé des concentrations mesurables de toutes les substances testées, y compris les toxiques telles que le plomb, le cadmium et l'arsenic. Les chercheurs y appellent à de nouvelles études et réglementations exigeant que les fabricants testent la présence de métaux dans les tampons, compte tenu des risques de santé potentiels.

→ Plus récemment, en 2025, le Women's Environmental Network (WEN) a publié *Blood, Sweat and Pesticides*, qui fait état de glyphosate et d'autres résidus de pesticides dans les principales marques de tampons disponibles dans les supermarchés britanniques (WEN, 2025). Ce rapport a confirmé que la contamination persiste même dans des produits vendus comme sûrs et hypoallergéniques.

→ Une étude publiée en 2025 par des chercheurs à l'Université de Notre Dame (Wicks, Brady, Whitehead et al.) a évalué la présence de PFAS dans 59 produits menstruels réutilisables de plusieurs zones géographiques (Amérique du Sud, Europe et Amérique du Nord). Les PFAS ont été détectés dans tous les produits testés. Néanmoins, 71 % des produits présentaient des taux de PFAS si faibles qu'ils n'apportaient aucune capacité supplémentaire aux produits, indiquant que les PFAS n'avaient pas été ajoutés intentionnellement. Bien que l'étude suscite des inquiétudes quant à la sûreté perçue des produits réutilisables, elle montre également que l'usage de PFAS n'est pas nécessaire.

Au cours des deux dernières décennies, la recherche sur les produits menstruels est passée de découvertes toxicologiques isolées à des études intégrant chimie, santé publique, sciences environnementales et droits des consommateur·rices. Les études initiales des années 2000 se concentraient sur la détection de dioxines et furanes, établissant les premières preuves que les produits menstruels n'étaient pas chimiquement neutres (DeVito et Schecter, 2002 ; Archer, Mabry Smith, Shojaee et al., 2005). À partir des années 2010, le paysage de la recherche se diversifie, révélant progressivement un éventail de plus en plus large de polluants.

Cette évolution marque un changement de la preuve de contamination à la compréhension du risque cumulatif. Des études ont commencé à lier les découvertes chimiques à des conséquences systémiques pour la santé et les systèmes endocrinien et reproducteur, tout en soulignant également la persistance environnementale et les effets de mélange (Martin, Scholz, Ermler et al., 2021 ; Martin, 2023). Le champ s'est aussi étendu géographiquement, des profils de contamination comparables ayant été trouvés en Amérique du Nord, en Europe, en Asie et en Amérique du Sud, suggérant un problème global de fabrication et de surveillance plutôt que des problématiques isolées et locales.

Ce que la recherche a clairement apporté est une base scientifique soutenant le travail des autorités de régulation. L'accumulation de preuves venant d'un grand nombre de laboratoires indépendants et d'agences nationales démontre que la contamination des produits menstruels est récurrente, qu'elle a de multiples origines, et qu'elle est évitable. Ces preuves ont révélé de considérables manques de données, en particulier concernant l'exposition chronique des muqueuses, la toxicité des mélanges, et les dynamiques d'absorption biologique, qui restent toutes insuffisamment explorées.

Une préoccupation publique

Parallèlement à l'accumulation de données scientifiques, les cinq dernières années ont vu un significatif accroissement de la couverture médiatique, du débat public et de la mobilisation de la société civile au sujet de la sûreté des produits menstruels. Ce qui avait auparavant été un sujet marginal sinon tabou est maintenant entré dans le discours public, de plus en plus décrit comme un enjeu de santé publique, de droits des consommateur·rices et d'égalité de genre.

Des organes de presse majeurs aux États-Unis comme en Europe ont donné un suivi important au sujet de la détection de substances dangereuses dans les produits menstruels, diffusant pour le grand public et dans un langage accessible des découvertes toxicologiques complexes. En effet, en France seulement, une recension de la couverture médiatique nationale entre 2018 et 2025 a identifié plus de 50 articles portant sur la toxicité des produits menstruels dans des publications comme *Le Monde*, *Libération*, *France Info*, *France Inter*, *Marie Claire* et *Le Figaro*. Cette visibilité maintenue a durablement inscrit le sujet dans la conversation publique et politique, contribuant à faire de la sûreté des produits menstruels une question légitime de santé publique et d'égalité.

Voici une sélection d'articles publiés dans l'Union Européenne et aux États-Unis qui ont joué un rôle important dans la sensibilisation du public :

→ Aux États-Unis, *Time Magazine* a publié une enquête très lue intitulée « PFAS 'Forever Chemicals' Are Turning Up in Menstrual Products. Here's What You Need to Know » (Kluger, 2023). L'article faisait état de la détection de PFAS dans les serviettes, les tampons et les sous-vêtements menstruels, attirant l'attention sur les liens potentiels avec le cancer, des troubles reproductifs, et des dysfonctions du système immunitaire. En combinant des témoignages d'experts avec des preuves de laboratoire, l'article a atteint un grand public non spécialisé, et a aidé à normaliser la discussion ouverte sur la sûreté des produits menstruels.

→ En France, le point de bascule est arrivé en 2018, quand le rapport de l'ANSES a confirmé la présence de COV, pesticides et phtalates dans les produits menstruels. Les découvertes bénéficièrent d'une importante couverture médiatique nationale. *Le Monde* publia « Des substances toxiques dans les tampons et serviettes hygiéniques » (Mandard, 2018) et *Libération* poursuivit avec « Les substances cancérigènes dans certaines protections hygiéniques » (Coulaud, 2018). Les deux publications soulignèrent que, même si elles étaient détectées à l'état de traces, ces substances soulevaient de sérieuses inquiétudes quant à l'exposition et à l'absence de normes de sûreté spécifiques. La couverture médiatique provoqua un débat parlementaire et des questions au gouvernement, ainsi qu'une grandissante demande publique de transparence et de réglementation.

→ En Pologne, entre 2023 et 2024, Bartosiak (2023) écrivant pour *Radio Zet* et *Medonet* (2024), ainsi que Bojanowska (2024) pour *Gazeta*, rapportèrent les résultats d'études sur la présence de métaux lourds et de PFAS dans les produits menstruels, contribuant à la sensibilisation publique. Kurowska, dès 2018 dans *O Feminin*, et plus récemment Suchocka (2024), dans *Hellozdrowie*, ont fait connaître les risques de santé potentiels provoqués par la présence de substances toxiques dans les serviettes menstruelles et les tampons, participant à donner davantage de visibilité au sujet en Pologne.

→ En Suède, plusieurs publications ont rapporté les résultats de l'étude qui avait détecté la présence de métaux dans les tampons, participant à la sensibilisation publique (Berge, 2024 ; Dagens Nyheter, 2024 ; Jönsson, 2024 ; Qvarforth, 2024). Précédemment, Schwartz (2023) avait rapporté dans *Aftonbladet* les mises en garde de l'Agence suédoise des produits chimiques qui, après avoir examiné des sous-vêtements menstruels, avait décidé d'interdire quatre produits.

→ En 2023, le magazine néerlandais *Harpers Bazaars* soulevait la question du manque de réglementation de la transparence aux Pays-Bas à l'égard des produits menstruels (Collombon, 2023). Cet article attirait également l'attention sur la législation existante aux États-Unis par exemple, et appelait à de plus strictes réglementations aux Pays-Bas.

→ En 2024, *Slate France* a contribué à maintenir l'attention publique sur le sujet avec l'article « De l'arsenic et du plomb dans les tampons hygiéniques » (Buscemi, 2024), qui faisait part des études révélant la présence d'arsenic et de plomb dans certaines marques de tampons. L'enquête soulignait le risque de l'exposition chronique à des métaux toxiques et inscrivait les enquêtes dans le contexte de la recherche internationale menée sur la contamination des produits menstruels. Cet article a suscité une importante réaction sur les réseaux sociaux, accroissant la préoccupation publique et renforçant les appels à imposer un étiquetage clair et un contrôle indépendants des produits.

→ En 2025, le journal allemand *Stern* publiait un article dressant un tableau des connaissances sur les produits menstruels et les substances toxiques (Lanzke, 2025). Cet article incluait également des recommandations de produits menstruels.

Dans la même période, l'attention médiatique a commencé à concorder avec des processus de responsabilité juridique. En 2024, plusieurs procès furent intentés contre des fabricants, dont les producteurs des serviettes de la marque *Carefree*, estimant que les consommateur-rices avaient été exposés à des produits carcinogènes sans en être informé-es. Ces développements montrent comment le journalisme d'investigation et la sensibilisation publique peuvent préparer le terrain de l'action judiciaire, renforçant davantage les demandes de responsabilité des entreprises et de réformes de la réglementation.

De telles actions légales illustrent à la fois le risque de litiges pour les entreprises et le risque réglementaire pour les gouvernements qui n'agissent pas. Avec les procès pour responsabilité des fabricants suivant leur cours dans les tribunaux étasuniens, de nouveaux précédents peuvent être générés et davantage pousser l'industrie à des réformes, mais aussi créer un risque pour la réputation des autorités de régulation perçues comme en retard sur les inquiétudes de l'opinion publique.

Dans l'UE, bien que des mécanismes nationaux et européens existent pour signaler des biens de consommation dangereux, à l'instar du système Safety Gate, leur pertinence à l'égard des produits menstruels reste limitée (Commission européenne, s.d.). Comme le soulignait le Bureau européen des unions de consommateurs (BEUC), ces mécanismes sont insuffisants pour couvrir l'entière diversité des produits et des risques chimiques actuellement sur le marché (Maurer, 2022). De plus, la connaissance par le public de ces outils de signalement est extrêmement limitée, et les potentiels problèmes de sécurité sont rarement documentés par les voies officielles.

Pour mieux comprendre les expériences des consommateur-rices et leurs perceptions, il serait donc précieux d'étudier la préoccupation du public sur les plateformes de réseaux sociaux, de forums en ligne et de communautés numériques. Ces espaces saisissent souvent les peurs, frustrations et les manques d'information qui ne sont pas visibles dans les systèmes officiels d'enregistrement des plaintes. Par exemple, alors que Safety Gate ne liste actuellement aucune alerte au sujet des produits menstruels, les fils de discussion Reddit analysés par cette étude ont généré chacun entre 95 et 250 réponses (HorrorAd4995, 2024 ; JoHansensButt, 2023), reflétant l'implication étendue du public dans un sujet tel que la toxicité des produits, la contamination chimique et la perception générale des risques.

Ce décalage entre les données officielles et le discours informel suggère une séparation entre la surveillance institutionnelle et l'expérience vécue, soulignant le besoin d'une approche plus participative et transparente de la protection des consommateur-ice.

Parmi les usager-ères jeunes comme âgé-es, les témoignages révèlent un mécontentement persistant et partagé, et de l'anxiété vis-à-vis de la sûreté des produits menstruels, de leur conception et de leur accessibilité. Les problématiques les plus fréquemment citées sont le manque de transparence et d'information sur les étiquettes, en particulier concernant la présence de parfums, additifs chimiques et polluants potentiels tels que les métaux lourds et les PFAS. De nombreux-ses usager-ères font part d'une impression de n'être pas suffisamment informé-es au sujet de la composition des produits, et frustré-es par l'absence de conseils fiables venant des marques ou des autorités régulatrices.

Les préoccupations de correspondance de taille, de confort et d'efficacité sont également répandues, surtout parmi les personnes ayant un flux important ou des anatomies « atypiques ». Les usager-ères décrivent souvent les fuites, l'irritation, et une mauvaise ergonomie des produits comme des expériences récurrentes, contribuant à l'impression que leurs besoins ne sont pas considérés de manière appropriée dans la conception des produits.

Quoiqu'une partie des usager-ères se tournent vers des produits alternatifs ou réutilisables, tels que les coupes menstruelles, les disques et les culottes de règles, ceux-ci sont souvent décrits comme coûteux, inconfortables ou peu fiables, en particulier du fait de l'exigence de nettoyage, des difficultés liées à la taille, et de la peur de fuites. En conséquence, beaucoup d'usager-ères ont le sentiment d'être pris-es entre devoir choisir des options jetables et dangereuses, ou réutilisables mais peu pratiques.

Un sentiment plus répandu d'être négligé par l'industrie et les institutions est sous-jacent dans ces plaintes. Ces femmes rapportent être laissée largement seules face à la difficulté à naviguer les préoccupations de santé et de sécurité, s'appuyant souvent sur des réseaux informels de pairs ou des communautés en lignes pour identifier des produits « plus sûrs ». Cette érosion de la confiance dans les fabricants et les autorités régulatrices est accrue par l'absence de clarté officielle sur ce qui constitue un risque réel pour la santé et ce qui n'est qu'une exposition minimale.

Enfin, ces inquiétudes reflètent plus qu'un simple mécontentement avec un produit : elles illustrent un échec systémique dans la transparence, l'inclusivité et la responsabilité du marché des produits menstruels. Les usager-ères attendent des produits non seulement fonctionnels et abordables, mais aussi sûrs, clairement étiquetés et correspondant à la diversité de leurs corps et de leurs expériences.

Dans l'ensemble, ces exemples démontrent que la sûreté chimique dans les produits menstruels n'est plus un enjeu marginal ou technique. Elle est devenue une préoccupation publique importante, une question politique, suscitant des efforts parlementaires, des réactions de l'industrie et une implication grandissante de la société civile.

La mobilisation de la société civile

Des organisations de la société civile et des associations communautaires et locales ont été centrales pour faire de la sûreté des produits menstruels une question d'équité dans la santé, de protection des consommateur-ices et d'égalité des genres. Au cours de la dernière décennie, une série d'initiatives nationales et européennes se sont efforcées de révéler les lacunes de la réglementation, exiger la transparence des compositions, et appeler à une action plus résolue au niveau européen.

En France, la mobilisation publique au sujet de la sûreté des produits menstruels a commencé en 2017 avec une pétition lancée par Mélanie Doerflinger intitulée « Tampax, affiche ta composition », qui a rassemblé plus de 250 000 signatures et a fait pression sur le fabricant pour qu'il révèle les listes d'ingrédients (Le Parisien, 2017). Ce premier succès a démontré à la fois l'appétit du public pour la transparence et le potentiel de l'activisme numérique pour influencer le comportement des entreprises.

À l'échelle européenne, le mouvement a rapidement pris son essor. En 2018, Zero Waste Europe, Hej! Support et la coalition #BreakFreeFromPlastic ont lancé une campagne dans toute l'UE appelant à donner la priorité aux produits menstruels sans produits toxiques et réutilisables dans la directive du parlement européen 2019/904 relative à la réduction de l'incidence de certains produits en plastique sur l'environnement dite Single Use Plastics Directive (Zero Waste Europe, 2018). La campagne incita les députés européens à amender des articles clés de la proposition législative afin de :

→ Garantir la généralisation de l'accessibilité de produits menstruels réutilisables et sûrs, en particulier dans la grande distribution et les pharmacies ;

→ Réduire les substances dangereuses dans les produits menstruels pour prévenir l'exposition à des agents chimiques liés à des cancers et des maladies endocriniennes ;

→ Lutter contre la pauvreté menstruelle et la pollution plastique conjointement, en liant la durabilité environnementale et l'égalité de genre dans la politique européenne.

En 2020, l'action citoyenne s'est diversifiée par des pétitions formelles auprès du Parlement européen. La pétition menée par le luxembourgeois Kevin Reto Sequeira appelait à un cadre législatif propre de l'UE pour exiger que les fabricants rendent publics tous les composants des produits menstruels, observant que le cadre existant de la directive relative à la sécurité générale des produits (2001/95/EC) n'oblige pas les fabricants à indiquer la composition de leurs produits.

La même année, le « Bloody Manifesto », signé par plus de 30 organisations et soutenu par 17 parlementaires européens, enjoignait la Commission européenne à garantir le droit à un choix informé et l'accès à des produits menstruels sûrs, justes et durables (Zero Waste Europe, 2020). Cette déclaration collective a inscrit la santé menstruelle à l'intersection de la protection des consommateur-rices, de l'égalité de genre et de l'économie circulaire.

La mobilisation de la société civile a continué au niveau national. En 2023, Règles Élémentaires, La Fondation des Femmes et Georgette Sand lancèrent une pétition intitulée « Affiche ta compo. Pour une vraie transparence sur la composition des protections périodiques », rassemblant plus de 20 000 signatures. L'initiative a renouvelé le débat public et appelé à une réglementation française sur la sûreté des produits menstruels, s'appuyant sur des campagnes précédentes.

Dans la même période, de nouvelles pétitions ont été introduites auprès du Parlement européen. En 2023, Clarisse Le Court soumettait une demande à l'UE pour que les produits menstruels soient classifiés comme des appareils médicaux, citant les risques tel que le syndrome du choc toxique et l'exposition chimique, et interrogeant le degré de protection assuré par les cadres actuels de l'UE (Suvi-tha, 2025).

Le plaidoyer scientifique a également trouvé des points de convergence avec la mobilisation civile. En Espagne, un projet mené en 2024 par Rezero, en collaboration avec l'Institut de diagnostic environnemental et d'études de l'eau (IDAEA-CSIC), a révélé la présence de 19 plastifiants dans 10 échantillons de produits menstruels jetables, sur les 36 testés (Rezero, 2024). L'étude appelait à une plus grande responsabilité des entreprises, à la transparence, et à une surveillance réglementaire, constituant l'une des premières enquêtes du genre en Espagne.

Au Royaume-Uni, le WEN a lancé la campagne « Règles non toxiques » (Toxic Free Periods) en 2025, exigeant des normes de sécurité chimique pour les produits menstruels. La pétition rassembla plus de 75 000 signatures et obtint le soutien de membres du Parlement, de promoteurs de la santé, et de coalitions majeures de la société civile (WEN et PAN UK, 2025).

Cette mobilisation grandissante démontre que la sécurité des produits menstruels suscite l'intérêt de nombreux groupes, des consommateur-rices individuel-les et des parents, aux scientifiques, ONG et parlementaires. Elle montre aussi le coût de l'inaction : la continuelle négligence des autorités régulatrices risque d'être perçue non comme un délai technique mais comme un échec des institutions à assumer leurs responsabilités à l'égard des femmes et des personnes menstruées.

Qui plus est, la société civile et l'action médiatique ont changé le cadre de discussion de la sécurité des produits menstruels. Le problème n'est plus limité à la question des « résidus chimiques ». Il est de plus en plus décrit comme un enjeu politique multidimensionnel, incluant :

→ La santé publique, du fait de l'exposition cumulative et de long-terme à des produits dangereux.

→ Les droits des consommateur-rices, centrés sur la transparence et le droit à connaître la composition des produits.

→ L'égalité de genre, considérant que la charge d'exposition tombe entièrement sur les personnes menstruées.

→ La justice environnementale, puisque la plupart des produits jetables contribuent à une pollution persistante.

Ce changement est crucial. En reliant santé, droits et durabilité, la société civile a réussi à faire passer la sûreté des produits menstruels d'un marginal enjeu féministe à une préoccupation d'intérêt public global, exigeant une réglementation européenne cohérente et sensible à l'égalité de genre.



02

Régulations européennes existantes, risques et opportunités associés

Mesures réglementaires (comparaisons de l'UE et des États-Unis)

Afin d'analyser les cadres et les mesures réglementaires, nous voulions mettre le contexte européen en regard d'un autre cadre. Pendant les dernières années, des changements ont été faits à la réglementation des produits menstruels aux États-Unis. C'est une occasion d'étudier, analyser et apprendre du contexte étasunien. Nous montrerons également dans cette section combien différents les contextes réglementaires de l'UE et des États-Unis, et que les leçons à en tirer ne sont donc pas entièrement transférables.

Nous avons d'abord observé que la réponse réglementaire a été fragmentée et inégale des deux côtés de l'Atlantique. Là où les États-Unis ont vu des législations pionnières au niveau des États, la supervision fédérale reste limitée. L'UE, par contraste, a produit des évaluations scientifiques et des initiatives environnementales, mais n'a pas encore adopté de règles contraignantes pour les produits menstruels. En 2019, l'État de New York est devenu la première juridiction mondiale à exiger la déclaration complète de composition sur les emballages de tampons et de serviettes (Senate Bill, S.2387-B/A.164-B). Cela a constitué un point de bascule dans les droits des consommateur-rices : pour la première fois, la composition du produit devait devenir visible pour l'utilisateur. Le fait de rendre publique la composition des produits est devenu un modèle qui a rapidement inspiré les organisations de plaidoyer dans d'autres États. Entre 2020 et 2023, la Californie, le Vermont et le Minnesota sont allés plus loin, adoptant des législations pour bannir les PFAS ajoutés intentionnellement dans les produits menstruels (Amará's Law, 2023 ; Tampon Act A.B. 2515, 2024 ; Vermont Statutes Annotated, 2026). Le New Jersey prépare actuellement une loi qui forcera les fabricants à lister les ingrédients sur les produits menstruels (Senate Bill S.3643). Le texte a passé l'Assemblée et est actuellement (en Décembre 2025) dans sa seconde lecture au Sénat. Ces lois, qui prendraient effet entre 2025 et 2027, cibleraient directement les « polluants éternels » de plus en plus fréquemment identifiés dans les contrôles indépendants. Cependant, ces protections légales restent cantonnées au niveau étatique, créant une imbrication de règles variant selon la géographie.

Au niveau fédéral, le tableau n'est pas si avancé. L'administration de produits alimentaires et médicamenteux (FDA) continue à classer les tampons comme des appareils médicaux et les serviettes comme des biens de consommation, pour lesquels la surveillance de sécurité se focalise principalement sur le contrôle des infections (tels que le risque de syndrome du choc toxique). Récemment la FDA a annoncé travailler au développement de nouvelles normes, mais celles-ci restent dans leurs phases initiales et ne prennent pas encore en compte la gamme étendue des polluants chimiques révélée par les tests. En pratique, cela signifie que les mesures au niveau étatique créent des précédents, que les réglementations fédérales sont en retard, et que l'application reste fragmentaire.

Des actualités récentes des États-Unis illustrent comment l'absence de cadre réglementaire fédéral alimente et la défiance des consommateur-rices et les litiges. En 2024, plusieurs recours collectifs ont été déposés contre des fabricants majeurs, notamment la marque Tampax de Procter & Gamble, après qu'un test indépendant ait révélé des traces de plomb, d'arsenic et d'autres métaux lourds dans les tampons (Edwards, 2024). Les plaignants soutenaient que la compagnie avait caché la présence de ces substances toxiques et induit les consommateur-rices en erreur par des affirmations de « pureté » et « sûreté ». Les procès mirent également en question l'exactitude de l'information « 100 % coton » sur les emballages, déclarant que les produits contenaient également des composants synthétiques et des produits chimiques non déclarés contredisant les annonces commerciales (Bucher, 2024). Des procès similaires furent intentés en Californie et dans l'État de New York au titre des lois de protection des consommateur-rices, exigeant des compensations et de plus rigoureuses normes de transparence des informations. Ces actions légales ont étendu le débat public au-delà de la question du choc toxique, se tournant désormais vers la contamination chimique, le langage commercial mensonger, et les effets nocifs sur l'appareil reproducteur.

Le procès a aussi mis en évidence le manque de protocoles analytiques cohérents chez les plaignants, et l'usage par les laboratoires indépendants de méthodes non standardisées pour détecter les polluants, tandis que les fabricants nient la présence de produits chimiques faisant l'objet de réglementations. Ces incohérences procédurales soulignent le besoin de normes fédérales claires et basées sur la recherche scientifique dans la définition des niveaux « sûrs » d'exposition pour les produits intimes. Sans un tel encadrement, l'application reste fondée sur les décisions de justice et les accords de règlement des litiges, qui varient considérablement d'une juridiction à l'autre et ne créent pas de précédent universel.

En Europe, les réponses ont été similairement partielles, mais avec une différente focalisation. En 2018, l'opinion de l'ANSES a confirmé en France la présence de pesticides, phtalates, et COV dans les tampons et les serviettes. Pourtant, les recommandations étaient limitées au contrôle des matériaux bruts, sans limites d'exposition opposables. En 2023, la France a introduit un décret exigeant des fabricants qu'ils listent les substances ajoutées intentionnellement dans les produits menstruels (Loi n° 2023-1250, 2023, art. 40).

Cependant cela n'inclut pas les contaminants, les résidus et les sous-produits, catégories précisément les plus souvent pointées du doigt par les études indépendantes. Le décret royal espagnol de 2023 sur les produits menstruels et d'hygiène intime (Ley Orgánica 1/2023, 2023) constitue également une importante avancée en Europe.

Il reste cependant insuffisant, car s'il met en évidence l'importance de la sûreté des produits, et donne pour objectif que les produits soient « durables, biologiques, respectueux de l'environnement, rapidement biodégradable, réutilisable et sans produits chimiques, afin de minimiser leur impact sur l'environnement et sur la santé des femmes et des autres bénéficiaires », tout en reconnaissant explicitement les produits menstruels comme des biens essentiels pour la santé et la dignité, il n'établit malheureusement pas de définitions claires ou de normes.

Parallèlement, le Centre commun de recherche (CCR) développe les critères d'une Empreinte environnementale des produits (EEP) pour les produits menstruels dans le cadre de l'Initiative relative aux produits durables. Quoique ces efforts soient alignés avec les objectifs européens d'économie circulaire visant à la réduction des déchets, l'empreinte carbone et l'utilisation efficace des ressources, ils n'intègrent pas encore la sécurité chimique ou l'évaluation de toxicité. Cela met en évidence un persistant écart entre les objectifs de durabilité environnementale et les impératifs de protection de la santé, en particulier pour les produits de consommation qui impliquent des contacts humains intimes ou prolongés.

À la fin 2025, ni les États-Unis, ni l'UE n'avaient encore adopté de cadre exhaustif et harmonisé s'attaquant directement à l'éventail complet des contaminants chimiques dans les produits menstruels. Les États-Unis ont été à la pointe des obligations de transparence et des interdictions de produits chimiques, mais principalement au niveau des États, tandis que l'UE reste attachée à l'évaluation des risques et à des initiatives environnementales qui ne vont jamais jusqu'à établir des règles contraignantes pour la protection de la santé. Les deux régions progressent, mais de manières fragmentées et partielles, laissant de larges vides réglementaires.

Quel cadre réglementaire pour l'UE ?

Le cadre actuel : réglementation générale de la sécurité des produits et réglementation des produits chimiques

Les produits menstruels sont actuellement régis dans l'Union européenne par le règlement relatif à la sécurité générale des produits (EU) 2023/988 (RSGP), qui sert de cadre fondamental pour les biens de consommation non harmonisés. Quoique ce règlement renforce les obligations générales de sécurité pour les produits mis sur le marché européen, il n'établit pas de normes spécifiques aux produits menstruels, malgré leurs modalités d'usage unique, et le potentiel d'exposition chronique à des substances chimiques. Comme le soulignaient plusieurs récentes questions parlementaires (Bricmont, 2025 ; Nordqvist, 2025 ; Scheuring-Wielgus, 2025), cette absence de règles dédiées est responsable d'une surveillance fragmentaire et inégale d'un pays membre à l'autre.

Sous le régime du RSGP, en application depuis décembre 2024, les fabricants sont tenus de garantir que tous les produits qu'ils mettent sur le marché sont sûrs. Ils doivent procéder à des analyses de risque internes, préparer une documentation technique décrivant le produit et ses risques, et identifier des mesures pour atténuer ces risques. Les autorités de surveillance des marchés nationaux sont habilitées à vérifier la conformité et, si nécessaire, retirer du marché les produits non sûrs (Commission européenne, 2025).

Cependant, à cause du caractère général du RSGP, les analyses de risque sont entièrement internes, et réalisées selon les normes et méthodologies de chaque fabricant. En l'absence de critères de sûreté prédéterminés, ces évaluations varient considérablement d'une entreprise à l'autre, et ne sont pas sujettes à une validation externe. Cette approche régulatrice place la charge de la preuve sur les consommateur·rices et les autorités nationales, plutôt que sur les producteurs, et ne permet pas de garantir de cohérence au sein de l'UE.

La sûreté chimique est principalement traitée par le règlement REACH (EC) 1907/2006, qui harmonise les restrictions sur la production, la mise sur le marché et l'usage de substances dangereuses. REACH permet qu'une restriction soit proposée lorsqu'un produit chimique constitue un « risque inacceptable » pour la santé humaine ou pour l'environnement. Bien que REACH interdise déjà certaines substances utilisées dans les produits d'hygiène féminine, tels que les composés du dioctylétain (DOT), il n'évalue pas systématiquement les milliers de produits chimiques qui peuvent être présent à l'intérieur, ou migrer hors des produits menstruels. De surcroît, le processus de révision de REACH, initié pour améliorer l'évaluation des risques pour la santé, reste à ce jour suspendu (début 2026), laissant ces problèmes non résolus.

Initiatives émergentes : normalisation et autoréglementation de l'industrie

Les récentes réponses de la Commission européenne au Parlement européen ont indiqué que le Comité européen de normalisation (CEN) était en train de développer un Accord d'atelier (CWA) visant à définir une méthode de test pour évaluer la présence potentielle de produits chimiques à l'état de traces dans les produits d'hygiène absorbants. Cet objectif, attendu en 2024, était une avancée technique après des années de débat sur les traces de contaminants dans ces produits. Cependant, bien que les CWA peuvent être utilisés, au terme de l'Article 8 du RSGP, comme outils de référence pour évaluer la sûreté d'un produit, ils sont volontaires et ne définissent ni les seuils de toxicité ni les limites d'exposition. La version préliminaire de la méthodologie du CEN se concentre principalement sur la précision analytique plutôt que la détermination de niveaux sûrs, ou dangereux, de contaminants (CEN, 2023).

D'une manière similaire, les recommandations de l'EDANA (Association européenne des produits non tissés et des produits à usage éphémère), qui reste dans les faits le cadre d'évaluation de l'industrie, donne la priorité à la performance du produit et au confort de l'usage, notamment la protection contre les fuites, la douceur, et la facilité d'application, tout en négligeant les impacts environnementaux ou toxicologiques de long-terme (EDANA, 2022). Des mises-à-jour récentes de l'EDANA et du CEN incluent désormais des méthodes pour détecter des produits chimiques à l'état de traces tels que les dioxines, les phthalates, les pesticides, les HAP et les métaux lourds, mais ils ne donnent toujours aucune valeur de référence, aucun critère fondé sur la santé, aucune exigence contraignante de transparence. En conséquence, ces cadres contribuent davantage à la normalisation technique qu'à la sécurité des consommateur-rices.

Sur la scène internationale, le comité technique 338 « produits menstruels » (TC 388, établi en 2022) de l'Organisation internationale de normalisation (ISO) est une initiative majeure dans l'effort de normalisation globale des produits menstruels. D'après ISO, l'action du comité porte sur « la normalisation dans le champ des produits menstruels, incluant tous les produits, à usage unique ou réutilisables, indépendamment des matériaux ». Un article du Stockholm Environment Institute montre que cette initiative répond à l'absence de normes globales harmonisées pour les produits menstruels – une lacune ayant des conséquences sur la qualité, l'équité et l'accessibilité (Del Duca et Liera, 2024).

Le résumé de l'action du TC 338, publié par l'Institut national de normalisation américain (ANSI), a révélé que le comité avait identifié des dispositions renforcées pour limiter les produits chimiques nocifs et qu'il vise à « améliorer la sûreté des produits et la qualité de vie pendant la menstruation », tout en privilégiant l'accessibilité et l'information des consommateur-rices. Si ceci suggère que le risque toxicologique est à l'ordre du jour, les déclarations publiquement disponibles ne clarifient cependant pas quelle importance cette version de travail de la norme accorde aux seuils détaillés de résidus chimiques, aux évaluations d'exposition chronique, ou aux mesures de troubles endocriniens. Par exemple, le Fond pour l'assainissement et l'hygiène des Nations Unies souligne que le but est de prioriser la sûreté, l'accessibilité et l'équité, en particulier dans les pays à revenus moyens et faibles.

Ainsi, tandis que l'initiative ISO/TC 338 constitue une avancée significative dans l'attention réglementaire à la sûreté des produits menstruels, son cadre initial priorise la facilité d'utilisation, la classification, la performance, et l'accès, au lieu d'explicitement intégrer une évaluation complète des risques. Dans ce discours, la sûreté chimique est envisagée comme un aspect futur plutôt qu'une véritable réalité. L'effort de normalisation actuel devrait donc être vu comme prometteur mais toujours en progrès, et pas encore synonyme d'une réglementation rigoureuse des risques pour la santé.

La question a été soulevée à de multiples reprises au Parlement européen. La Commission européenne a confirmé, en réponse aux questions des eurodéputé-es (Bricmont, 2025 ; Nordqvist, 2025 ; Scheuring-Wielgus, 2025), que les produits menstruels relèvent du cadre de la sécurité générale, et que son application s'appuie en premier lieu sur les autorités de surveillance des marchés. La Commission a également noté que les fabricants doivent garantir la sûreté intentionnellement (*by design*), mais sans référentiel toxicologique harmonisé, laissant des incohérences majeures dans l'évaluation des risques au sein du Marché unique.

Lacunes persistantes et fragmentation réglementaire

L'absence d'harmonisation a produit une véritable mosaïque réglementaire qui rend inadéquate la protection des consommateur-rices. Contrairement aux appareils médicaux et aux cosmétiques, les produits menstruels ne sont pas régis par une législation propre définissant ses critères de sûreté, ses limites d'exposition, ou ses obligations d'étiquetage. La réglementation reste, dans l'UE, largement fondée sur « l'usage prévu » des produits chimiques, c'est-à-dire que des substances utilisées dans des contextes similaires (tels que les cosmétiques et les serviettes menstruelles) peuvent être évaluées différemment selon le champ législatif sous lequel elles tombent (Andreassen, Rudén et Ågerstrand, 2025). Cette approche est responsable de méthodologies de test incohérentes et de résultats d'évaluations des risques contradictoires, même pour des produits chimiques dont les voies d'exposition sont comparables.

Les Activités coordonnées en matière de sécurité des produits 2022 (CASP) ont explicitement relevé ces défauts. Leur rapport contenait des recommandations pour l'UE et les États-membres de poursuivre l'étude de la cytotoxicité des produits hygiéniques, poursuivre la surveillance du marché, et évaluer l'option de réglementer les produits menstruels au niveau européen. Ces recommandations reflètent le consensus grandissant parmi les experts réglementaires confortant le mérite d'une classification et d'un traitement réglementaire dédiés, compte tenu de leurs voies spécifiques d'exposition, et des risques cumulatifs identifiés par la recherche scientifique.

Regards sur les instruments européens : REACH, l'Écolabel européen, et d'autres initiatives de transparence

Au-delà du RSGP, quelques instruments de niveau européen répondent partiellement aux enjeux de la sûreté chimique des produits menstruels, mais aucun d'entre eux n'a été conçu selon le profil d'exposition spécifique de ces produits. Les plus pertinents sont REACH, l'Écolabel européen, et une série d'initiatives émergentes de transparence et de normalisation.

Ensemble, ils constituent une mosaïque de protections qui, quoiqu'utiles, restent fragmentaires, en partie volontaires, et trop peu centrées sur la santé, pour des produits qui sont utilisés de manières si intimes et répétées.

Des outils politiques complémentaires, tels que l'Écolabel européen, ont commencé à s'attaquer aux lacunes de la surveillance chimique. La révision 2023 des critères de l'Écolabel pour les produits d'hygiène absorbants (Commission européenne, 2023) a introduit des interdictions et des restrictions sur une liste non-exhaustive de substances dangereuses parmi lesquelles certains agents antibactériens, le formaldéhyde, les parabènes, les perturbateurs endocriniens, et les phtalates. Cette révision reçoit le soutien du rapport préliminaire du CCR, qui identifie explicitement les biocides, les parfums, et d'autres produits chimiques préoccupants dans les produits hygiéniques absorbants, et prend note des appels d'organisations luttant pour l'exclusion des perturbateurs endocriniens, et des substances faisant l'objet de restrictions de REACH, dans les produits Écolabel.

Ces changements sont significatifs : ils représentent l'un des seuls critères de niveau européen qui lient explicitement produits d'hygiène et préoccupations d'exposition chimique, et ils communiquent un message clair aux plus grands fabricants sur les bonnes pratiques attendues. Cependant, la mission centrale de l'Écolabel européen reste environnementale. Ces critères sont avant tout conçus selon les étapes du cycle de vie (usage des ressources, production de déchets, biodégradabilité, climat et circularité), plutôt que selon les effets ultimes de toxicologie chronique ou sur la santé reproductive. De surcroît, le label est volontaire : seulement les producteurs qui choisissent de candidater à l'Écolabel doivent s'y conformer, et en 2023 moins de 600 produits hygiéniques absorbants étaient certifiés, et sur seulement huit pays : une simple fraction du marché européen.

Pour la santé menstruelle, cela signifie que le critère Écolabel fonctionne actuellement comme une distinction récompensant la tranche supérieure des bonnes pratiques. Le label démontre que des restrictions de substances plus strictes, et une plus grande transparence de la chaîne logistique, sont techniquement et économiquement faisables. Cependant, son adoption limitée, et son orientation environnementale, montrent qu'il ne peut remplacer des normes de sécurité chimique contraignantes conçues sur mesure pour l'exposition des muqueuses, l'usage cumulatif, et la santé reproductive.

Parallèlement, la sûreté chimique est principalement régie dans l'UE par le règlement REACH, qui harmonise l'enregistrement, l'évaluation, l'autorisation et la restriction des substances mises sur le marché. REACH a déjà conduit à la restriction de certains produits chimiques utilisés dans les produits d'hygiène, tels que certains composés organostanniques, mais il n'évalue pas systématiquement les milliers de substances et impuretés qui peuvent être présentes dans ou migrer hors des produits menstruels.

Les produits menstruels, lorsqu'ils sont considérés comme « articles », ne sont inclus qu'indirectement, selon les restrictions portant sur des substances extrêmement préoccupantes (SVHC) spécifiques, ou selon des restrictions génériques lorsqu'un « risque inacceptable » à la santé humaine ou à l'environnement a été démontré.

En pratique, cette approche substance-par-substance, et fondée sur le risque, peine à rendre compte des scénarios d'exposition des produits menstruels dans la réalité : des contacts chroniques à basse dose avec des tissus de muqueuses hautement vascularisés ; un usage répété au cours de plusieurs décennies ; et une exposition à des mélanges complexes de produits chimiques, parmi lesquels des perturbateurs endocriniens et des produits toxiques pour les fonctions immunitaires, suspectés ou avérés. La boîte à outils REACH actuelle n'intègre pas systématiquement les mélanges de toxicité, les troubles endocriniens, ou les vulnérabilités propres au sexe ou au genre dans ses informations standard requises ou dans ses facteurs de restriction.

La société civile et les organisations d'accès à la santé ont souligné de multiples fois cette lacune dans le débat en cours sur la révision de REACH, avertissant que les délais et les tentatives pour « rationaliser » le système ne doivent pas affaiblir la capacité de l'UE à progressivement supprimer les produits chimiques les plus dangereux, à plus forte raison dans des produits d'usage intime et de long-terme. Elles appellent à des mises à jour protégeant la santé, telles qu'une plus solide approche générique des risques (restriction automatique des substances carcinogènes, mutagènes, reprotoxiques et perturbatrices endocriniennes dans les produits de consommation), une plus nette application du concept d'« utilisation essentielle », et de meilleures exigences d'information qui intégreraient systématiquement les effets endocriniens, neurotoxiques et nocifs pour le système immunitaire ainsi que les mélanges et les expositions à basse dose (Health and Environment Alliance [HEAL], 2025).

Dans ce contexte, les produits menstruels restent largement invisibles. Ils ne sont pas reconnus par REACH comme une catégorie d'usage prioritaire, en dépit du nombre croissant de preuves de leur possible contribution à la charge chimique corporelle et de leur intersection avec la santé reproductive et gynécologique. REACH impose aux fournisseurs d'articles contenant des SVHC à plus de 0,1 % de masse de communiquer cette information au reste de la chaîne logistique et, sur demande, à l'utilisateur. En pratique, cette disposition a un impact limité pour les usager-ères de produits menstruels : seulement les substances déjà identifiées comme SVHC sont couvertes ; l'information n'est pas habituellement affichée sur les emballages ; les consommateur-rices doivent activement solliciter des détails qu'ils ne savent que rarement avoir le droit de demander.

En conséquence, tant que REACH continue à n'agir qu'indirectement pour les produits menstruels, par des dispositions vagues au niveau des articles et des restrictions générales de substances, les voies d'exposition spécifiques et les vulnérabilités associées à la menstruation resteront insuffisamment réglementées.

Des lois et décrets nationaux récents, tels que des exigences de transparence sur la composition pour certains produits d'hygiène en France et en Espagne, ont commencé à remplir cette lacune en obligeant les fabricants à lister les ingrédients et – dans certains cas – à identifier les contaminants sur les emballages ou en ligne. Ces mesures, considérées avec les engagements volontaires et les labels, sont d'importants premiers pas vers une véritable transparence des produits. Pourtant elles restent inégales d'un pays à l'autre de l'UE, elles ne sont pas harmonisées dans leur format ou leur ampleur, et n'intègrent que très partiellement les informations pertinentes pour la santé telles que les profils toxicologiques, l'activité hormonale ou les considérations d'exposition cumulative.

Du point de vue de la santé menstruelle, la configuration actuelle des instruments complémentaires crée un déséquilibre structurel. L'Écolabel européen montre ce qui est possible, mais il est volontaire et largement centré sur l'environnement ; le REACH donne un levier puissant mais sous-utilisé pour cibler les produits chimiques les plus dangereux dans les produits menstruels ; les mécanismes de transparence sont fragmentés, réactifs, et souvent difficiles à naviguer pour les consommateur-rices. Dans ce système, la charge de la preuve continue à reposer de manière disproportionnée sur les usager-ères, les ONG, les chercheur-euses, et les autorités de surveillance des marchés pour détecter et prouver le dommage, plutôt que d'exiger des fabricants qu'ils démontrent préalablement la sûreté d'un produit lorsqu'il est à la fois essentiel et répétitivement utilisé en contact intime avec le corps.

Une approche renforcée, centrée sur la santé, exigerait non seulement de faire un meilleur usage de REACH, en priorisant explicitement les produits menstruels comme un cas d'utilisation extrêmement préoccupant pour certains groupes de substances, mais aussi en alignant toutes les initiatives de transparence avec cet objectif. En d'autres termes, les instruments complémentaires devraient converger vers un but commun : garantir que tous les produits menstruels mis sur le marché européen satisfassent des normes minimales de sûreté chimique, de protection de la santé reproductive, et de durabilité environnementale, plutôt que de laisser ces protections à des programmes volontaires et au bon vouloir du marché.

Vers un cadre européen cohérent

Le système réglementaire européen actuel ne répond pas adéquatement aux risques spécifiques associés aux produits menstruels, ses obligations restent vagues, fragmentaires et largement volontaires, et laissent de larges lacunes. Un cadre renforcé est donc nécessaire : il doit formellement identifier les produits menstruels comme une catégorie propre, et établir des exigences claires et centrées sur la santé. Pour y parvenir, une approche réglementaire européenne, appuyée par des budgets, programmes, et actions dédiées, de la part des États-membres, est essentielle.

Dans la section qui suit nous mettons en avant trois piliers essentiels qui pourraient soutenir une approche plus cohérente et complète. Ils ne couvrent pas l'intégralité des interventions réglementaires possibles, mais ils dessinent les fondations d'un cadre plus cohérent et offrant une meilleure protection de la santé.

1. Financer la recherche, l'innovation, et la production de données scientifiques

Une barrière majeure à la réglementation effective reste le manque de recherche publiquement financée sur les produits menstruels, sur leur composition chimique, et sur leurs impacts de long terme pour la santé. Les futurs cadres européens de la recherche et de l'innovation (le programme-cadre Horizon Europe et ses successeurs) devraient explicitement inclure la santé menstruelle comme un thème éligible, financer des études interdisciplinaires sur la toxicologie, sur la science des matériaux, sur les voies d'exposition, sur l'expérience des usager-ères, et sur les modèles circulaires pour la santé menstruelle. Renforcer le corpus de preuves requiert également :

→ Des études exhaustives sur tous les ingrédients et sur les contaminants détectés, notamment les résidus, les agents chimiques de transformation, les adhésifs, les colorants, les encres, les parfums, les biocides, et les sous-produits issus de la fabrication.

→ Des études pour structurer les exigences d'information sur les emballages harmonisées dans tous les États-membres, garantissant une comparabilité entre produits jetables et réutilisables, et réduisant les asymétries de l'information actuellement disponible pour les consommateur-rices.

→ La création d'une base de données publique pour toute l'UE cataloguant les résultats de tests indépendants des produits, de communication des ingrédients, de contrôles de conformité, et de rapports d'incidents. Elle devrait être accessible aux consommateur-rices, aux chercheur-euses, et aux organes législatifs, pour améliorer la transparence et accroître la surveillance externe.

Un tel système ferait passer la surveillance des produits menstruels d'une communication opaque, et mue par les relations publiques, à un processus de décision fondé sur les preuves.

2. Évaluation des risques centrée sur la santé et contrôles harmonisés

Un second pilier est consacré au développement de contrôles harmonisés, et de normes toxicologiques qui reflètent le scénario d'exposition propre aux produits menstruels.

Il devrait comprendre :

→ Des directives de niveau européen pour le contrôle toxicologique des contaminants et résidus, alignées avec REACH, la Stratégie pour la durabilité dans le domaine des produits chimiques, et des critères de perturbation endocrinienne.

→ L'intégration de la toxicité des mélanges, de l'exposition chronique, et de l'absorption par les muqueuses dans les protocoles de test, dépassant la méthode traditionnelle d'évaluation sur une substance unique à taux élevé qui ne permet pas de mesurer les risques réels.

→ Une collaboration inter-institutionnelle entre l'Agence européenne des produits chimiques (ECHA), l'Autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA), le CCR et les unités DG SANTE et DG ENV de la Commission européenne, pour établir des seuils de sécurité cohérents, et des méthodes de contrôle robustes et conçues selon les voies d'exposition uniques des produits menstruels.

Ce changement reconnaîtrait enfin les produits menstruels comme une catégorie nécessitant une surveillance avancée, du fait de leur contact prolongé et récurrent avec des tissus hautement perméables.

3. Responsabilité, surveillance et application

Un troisième pilier se concentre sur l'amélioration de la responsabilité du marché, et sur la réduction de l'excessive dépendance actuelle envers la vigilance des consommatrices et envers les tests menés par la société civile. Ses éléments-clés comprennent :

→ Rééquilibrer la charge de la preuve en direction des fabricants, qui devraient être tenus de fournir des données de sécurité indépendantes conditionnant la mise sur le marché ou la poursuite de la vente.

→ Étendre la CASP et promouvoir l'inclusion explicite des produits menstruels dans Safety Gate, permettant des alertes rapides, une application dans toute l'UE, et des rappels coordonnés si nécessaire.

→ Soutenir les autorités de surveillance des marchés à l'aide de méthodologies de contrôle harmonisées, de financements dédiés, et de meilleurs outils de coopération entre États, à la mesure des réalités du marché unique.

Cette approche changerait le système de surveillance, réactif et fragmentaire, en un système préventif et centré sur la santé.

Ainsi, en adoptant un cadre directeur fondé sur une recherche scientifique solide, des tests harmonisés et une responsabilité renforcée, et en reconnaissant finalement les produits menstruels comme une catégorie réglementaire à part, l'UE pourrait garantir que la sûreté des produits menstruels soit exhaustivement et systématiquement assurée. Cela mettrait terme à une défaillance historique des politiques publiques, et érigerait la santé menstruelle comme un enjeu européen important.

La santé et l'environnement devraient être des exigences

Comme souligné plus tôt, il n'existe actuellement pas de lignes de conduites pour toute l'UE pour assurer la transparence ou la sûreté dans la composition, la production et l'élimination des produits menstruels. Cette lacune réglementaire, alimentée par des années d'inertie, par l'insuffisance de travaux scientifiques financés par les États et l'UE, et par l'absence de principe de précaution, est responsable de produits dont l'impact pour la santé et l'environnement reste encore largement non évalué. L'absence d'intégration de la sûreté chimique avec la politique de gestion des déchets et avec la protection des consommatrices est responsable d'un vide dans lequel les santé humaine et environnementale sont à risque. Répondre à ce double enjeu, la santé et l'écologie, est essentiel pour concevoir un cadre réglementaire réellement durable pour les produits menstruels dans l'Union Européenne.

L'impact écologique des produits menstruels

Les produits menstruels représentent une charge environnementale substantielle et souvent sous-estimée, tant dans la production que dans la gestion des déchets. La plupart des serviettes et tampons jetables contiennent jusqu'à 90 % de plastique, dérivé de matériaux à base de pétrole tels que le polyéthylène et le polypropylène (PNUE, 2021). Une seule personne menstruée utilisera entre 5 000 et 15 000 produits au cours de sa vie, générant jusqu'à 150 kilogrammes de déchets, dont la plupart ne sont pas recyclables et finissent dans des décharges ou dans l'environnement marin (Women Engaged for a Common Future International [WECF], 2020). L'empreinte carbone du produit menstruel jetable typique, tenant compte de l'extraction des matériaux bruts, de la fabrication, de l'emballage et du traitement en fin de cycle, peut excéder 5,3 kg d'équivalent CO₂- par usager·ère par an (The Eco Guide, 2016).

En 2021, une méta-étude du PNUE a conclu que les tampons et serviettes comptent parmi les plastiques à usage unique les plus polluants au monde, aux côtés des mégots de cigarettes et des emballages alimentaires. En outre, à la pollution plastique, les produits menstruels contribuent à la contamination chimique : les processus de blanchiment et les additifs libèrent des dioxines, des phtalates et des PFAS dans l'environnement pendant la fabrication et la décomposition. Comme l'observe le professeur Graham Peaslee, « Dans une décharge, 100 % des PFAS sont libérés – ils ne se décomposent jamais ».

Ces « polluants éternels » contaminent sols et réseaux hydrologiques, persistant pendant des décennies et pénétrant de nouveau les cycles d'exposition humaines par la nourriture et l'eau potable.

Les produits menstruels réutilisables, quoique souvent mis en avant comme des alternatives durables, ne résistent pas nécessairement à un examen minutieux. Les analyses du cycle de vie (ACV) montrent que les coupes menstruelles et les serviettes réutilisables ont un impact sur les émissions carbone et la production de déchets bien plus faible que les jetables, et peuvent réduire la production de déchets jusqu'à 99 % (Fourcassier, Douziah et al., 2022), mais elles soulèvent de nouvelles difficultés réglementaires. Ces biens sont régis par les réglementations textiles, et ne font donc pas l'objet de contrôles de sécurité chimique ou de durabilité, et peuvent contenir des substances nocives telles que des nanoparticules, des colorants ou des revêtements aux PFAS (Detcheverry et Nouvellon, 2022). En l'absence de normes spécifiques à ces produits, les consommateur-rices se trouvent sans assurance de la sûreté chimique de ces alternatives « écologiques ».

Les efforts dédiés au recyclage des déchets menstruels restent rares et techniquement complexes. Des innovations voient cependant le jour, des start-ups indiennes convertissent notamment des serviettes hygiéniques utilisées en pulpe hygiénique ou en granules de plastique (World Economic Forum, s.d.), mais ces initiatives restent expérimentales et non reproductibles à l'échelle des cadres directeurs européens de la gestion des déchets. Le Stockholm Environment Institute (Del Duca et Liera, 2024) affirme que sans mécanisme de Responsabilité élargie du producteur (REP), les coûts de la collecte et du traitement des déchets menstruels resteront entièrement à la charge des municipalités. Une approche circulaire de la santé menstruelle exige des réformes systémiques mettant en cohérence conception de produit, collecte et recyclage, au sein d'une politique européenne intégrée des déchets et des produits chimiques.

En pratique, les normes environnementales pour les produits menstruels devraient donc inclure :

- Des obligations d'analyses du cycle de vie (ACV) dans le processus d'autorisation de produit, incluant les émissions de CO₂, l'usage de l'eau et la génération de déchets.
- Des obligations de responsabilité élargie du producteur (REP) imposant aux fabricants le financement des systèmes de collecte, de recyclage ou d'élimination.
- Des programmes incitatifs pour le design écologique, tels que des financements européens et des avantages fiscaux pour des produits réutilisables, compostables, ou faits de matériaux non toxiques et biodégradables.
- La création d'une catégorie réglementaire spécifique pour les produits menstruels réutilisables offrirait une opportunité supplémentaire. Elle permettrait des tests harmonisés pour la sûreté chimique, la longévité et la performance environnementale, garantissant que la durabilité ne se fasse pas aux dépens de la santé humaine.

La responsabilité sanitaire et environnementale comme une question de droits humains

L'interaction entre santé, environnement et droits humains est de plus en plus reconnue comme un des enjeux les plus déterminants de notre époque. L'Union européenne identifie la protection de la dignité humaine, de l'égalité et de la santé comme centrale dans ses objectifs de lutte pour les droits humains et la démocratie (European Union, 2010). Ces engagements n'impliquent pas seulement de garantir les droits civils et politiques, mais aussi d'assurer un accès équitable à un environnement sain, des biens de consommation sûrs, et des soins de santé adéquats. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) a affirmé en 2024 que la santé menstruelle est un droit humain fondamental, intrinsèquement lié aux droits à la santé, à l'éducation, au travail, et à la non-discrimination (OMS, 2024). Garantir la sûreté des produits menstruels, leur transparence, et leur accessibilité n'est donc pas seulement une question de politique des consommateur-rices, c'est une question de pleine réalisation des droits humains.

Dans ce cadre, la santé menstruelle doit être reconnue comme un enjeu de santé publique et de justice environnementale à la fois. Plusieurs publications et travaux de recherche (The Lancet Regional Health – Americas, 2022) ont souligné qu'une gestion inadéquate de la santé menstruelle contribue aux inégalités de genre, à une santé mentale dégradée, et à une exclusion de l'éducation et de l'emploi. Dans l'UE, ces problématiques sont aggravées par l'exposition à des produits chimiques dangereux et un accès inégal à des produits sûrs. Les populations marginalisées, notamment les migrant-es, les personnes à faibles revenus, les personnes handicapées, les Roms, les personnes LGBTQIA+ et les adolescent-es sont disproportionnellement affectées. Les produits menstruels non toxiques sont pour elle-eux souvent inabordables ou simplement non disponibles, leur accès à l'information concernant la sûreté des produits est limité, et leur vulnérabilité aux polluants environnementaux est accrue. Lorsque les produits menstruels contiennent ou libèrent des substances dangereuses, les risques pour la santé recourent les inégalités sociales existantes, excluant davantage les personnes déjà les plus à risque.

Le lien entre responsabilité environnementale et droits humains a déjà été clairement établi dans le droit international. En 2025, une opinion consultative de la Cour internationale de justice (CIJ) a réaffirmé le devoir légal des États de prévenir les dommages environnementaux sérieux et de garantir la responsabilité des entreprises pour leurs actions au sein de leurs juridictions. Dans le contexte européen, ce principe s'applique directement à la sûreté des produits menstruels : les gouvernements sont responsables de la protection de leurs citoyens contre l'exposition toxique, garantissant que l'activité commerciale ne mette pas en danger la santé reproductive ou environnementale.

La pollution et la contamination chimique ne peuvent plus être vues comme de seuls problèmes écologiques : ce sont des violations du droit à la santé, tel qu'il est reconnu par la Charte des droits fondamentaux de l'Union européenne et par de multiples instruments des Nations unies consacrés à la protection des droits humains.

Des événements tels que la journée de la santé à la COP28 (2023) ont mis en évidence l'urgence que constituent pour la santé publique globale les produits chimiques industriels et les polluants persistants. Les produits menstruels, utilisés par environ la moitié de la population de l'UE, présentent un point d'entrée politique clair et immédiat pour l'intégration des gouvernances environnementale et sanitaire. Pourtant, malgré les engagements pris par l'UE avec le Plan d'action zéro pollution et la Stratégie pour la durabilité dans le domaine des produits chimiques, la santé menstruelle reste en dehors de leur champ d'initiative. Cette omission perpétue un cycle qui voit le droit à un environnement sain inégalement protégé, en particulier pour les personnes déjà marginalisées du fait de leur genre, leur revenu ou leur statut social.

La réforme doit donc changer ces initiatives volontaires en obligations légales opposables. La protection de la santé et de l'environnement devrait être une obligation statutaire pour tous les produits menstruels mis sur le marché européen. Des secteurs comparables (tels que les jouets, les cosmétiques et les appareils médicaux) bénéficient déjà de cadres de sécurité chimique propre, y compris pour la réglementation des nanomatériaux. Malgré cela, les sous-vêtements menstruels et les serviettes réutilisables, classifiés comme textiles, restent entièrement non réglementés, tant dans leur composition chimique que dans leur impact toxicologique (Almeida et Ramos, 2017). Cette incohérence enfreint les propres principes d'égalité et de précaution de l'UE, laissant un considérable angle mort réglementaire.

Pour conclure, la reconnaissance de la santé menstruelle comme un droit humain exige l'intégration de la protection de la santé, de la durabilité environnementale, et de l'égalité, dans la politique européenne. Cela implique d'affirmer que tout individu, indépendamment de son genre, ses revenus ou son statut, a le droit à des produits menstruels durables et sûrs, et à un environnement sans produits chimiques nocifs. Intégrer ces principes dans la législation européenne serait en cohérence avec les obligations de droits humains de l'Union et avec ses objectifs du pacte vert, faisant de l'Europe un leader global dans la réglementation durable centrée sur l'humain.

L'opportunité pour la gouvernance européenne de promouvoir des produits menstruels sains et durables

Définir ce qui fait un produit menstruel sain exige d'abord de reconnaître l'incertitude scientifique concernant l'exposition chimique. Comme le montre ce rapport, les produits menstruels peuvent contenir ou libérer des substances telles que des phtalates, des PFAS, des dioxines, des COV et des métaux lourds, qui peuvent agir comme perturbateurs endocriniens ou substances toxiques. Cependant, malgré ce nombre grandissant de preuves, les évaluations toxicologiques systématiques restent rares, et la surveillance régulatrice reste fragmentaire d'un pays à l'autre de l'UE. Du fait de l'absence de normes harmonisées et du nombre limité d'études indépendantes, les allégations de sûreté s'appuient aujourd'hui largement sur l'auto-évaluation par les entreprises elles-mêmes plutôt que par des données scientifiques vérifiées. Dans ce contexte, le principe de précaution, pilier des politiques environnementales et sanitaires de l'UE, doit guider la législation à venir : en présence d'une preuve crédible de potentielle nocivité, une absence d'entière certitude scientifique ne devrait pas justifier l'inaction.

Un produit menstruel véritablement sain devrait donc être compris comme non seulement efficace et confortable dans son usage, mais aussi biologiquement sûr, non toxique, transparent, et environnementalement responsable tout au long de son cycle de vie. Un tel produit minimiserait l'exposition des usager·ères aux produits chimiques nocifs, éviterait les substances persistantes ou la bioaccumulation, il serait produit sous des conditions prévenant la contamination à chaque étape, de l'acquisition des matériaux bruts à l'élimination en fin de cycle. Il garantirait également la transparence de tous ses ingrédients et une vérification indépendante de son profil de sûreté. Il y a cependant, avant que l'UE puisse établir de telles normes, un besoin urgent de recherches exhaustives et financées par les pouvoirs publics sur l'impact sanitaire et environnemental des produits menstruels. Cette enquête devrait inclure des études longitudinales sur l'exposition par absorption vaginale et dermique, des évaluations de la toxicité de mélange, et des mesures de l'exposition cumulative à base dose, qui sont toutes des questions largement sous-explorées dans les cadres directeurs académiques et réglementaires actuels.

Dans une perspective réglementaire, un cadre directeur pour des produits menstruels sains devrait combiner une réglementation préventive et des seuils de sécurité fondés sur des preuves scientifiques. Des recommandations initiales pour de futures normes européennes de santé et de sécurité devraient donc inclure :

→ L'interdiction de substances additives, notamment les PFAS ajoutés intentionnellement, les phtalates et les parfums synthétiques ;

→ L'établissement de limites maximales de résidus (LMR) pour les pesticides, les dioxines, les COV et les métaux lourds, avec des limites de sécurité prenant en compte l'accumulation et les effets de mélange ;

→ Des tests toxicologiques indépendants préalables à la mise sur le marché, remplaçant les déclarations volontaires des fabricants et garantissant une vérification indépendante des affirmations ;

→ La transparence complète des ingrédients et contaminants, permettant aux consommateur-rices et autorités de régulation de faire des choix informés ; et

→ L'intégration de mesures environnementales, telles que l'empreinte carbone, la biodégradabilité et la sûreté du produit en fin de cycle, assurant que sécurité chimique soit accompagnée de durabilité écologique.

En d'autres termes, avant que les produits menstruels puissent être certifiés « sains » ou « durables », leur sûreté doit être définie scientifiquement, évaluée indépendamment, et communiquée en transparence. Une étude récente montrait que même des produits mis en avant comme « écologiques » ou « biologiques » variaient considérablement en composition et que les consommateur-rices n'ont actuellement que très peu de moyens de vérifier l'absence de résidus nocifs (Wicks, Brady, Whitehead et al., 2025). Mettre en place une norme réglementaire fondée sur la santé, ancrée dans le principe de précaution et soutenue par un solide corps de preuves scientifiques, ne protégerait pas seulement la santé des usager-ères mais renforcerait aussi la confiance publique, la responsabilité environnementale et l'égalité de genre dans les politiques de protection des consommateur-rices.

Le cadre fragmentaire de réglementation actuel offre une opportunité unique à l'Union européenne d'être le fer de lance de la lutte globale pour la sûreté des produits menstruels, la durabilité, et la protection des droits humains. Établir des normes sanitaires et environnementales contraignantes ferait plus que protéger des millions de consommateur-rices européens, cela rendrait l'Union pionnière dans l'intégration des politiques de genre, de santé, d'environnement et de droits humains. Un cadre directeur européen dédié permettrait :

→ De définir des normes globales pour des produits menstruels non toxiques et à l'impact climatique limité ;

→ De promouvoir l'innovation dans la conception de produits sûrs pour l'environnement et les matériaux circulaires ;

→ D'intégrer des principes de droits humains, notamment le droit à la santé, à l'information et à un environnement sûr, au sein des normes réglementaires et les normes des marchés ; et

→ De démontrer l'engagement de l'UE en faveur d'une gouvernance environnementale sensible aux questions de genre, cohérente avec le pacte vert européen, la Stratégie pour la durabilité dans le domaine des produits chimiques, et la future Stratégie pour l'égalité de genre 2030.

Reconnaître la santé menstruelle comme un droit humain fondamental, comme le déclare l'OMS (2024), et comme le réaffirme la Charte des droits fondamentaux de l'Union européenne, fournit les fondations éthiques et légales à cette transformation. L'accès à des protections périodiques sûres et durables devrait être traité comme une partie du droit à un environnement sain, à l'intégrité corporelle et à la non-discrimination. Un cadre directeur européen fondé sur les droits ne réglerait pas seulement la sûreté des produits menstruels mais garantirait aussi une égalité dans l'accès, l'accessibilité économique, et la protection contre les dommages corporels.

Somme toute, les produits menstruels synthétisent les enjeux plus vastes de la mise en cohérence de la sécurité des consommateur-rices, de la responsabilité environnementale, et de l'égalité de genre, dans un cadre de droits humains. En intégrant la santé, l'environnement, et les droits comme une exigence réglementaire fondamentale, l'Union européenne peut transformer un problème longtemps négligé en une pierre angulaire de sa transition sociale, écologique, et pour les droits humains, établissant une norme globale pour une santé menstruelle sûre, transparente, et durable.



03

Perspectives et recommandations supplémentaires

Au fil des entretiens réalisés avec des scientifiques, des fabricants, des parlementaires européens et des représentant-es de la société civile, une observation récurrente a émergé : la question des substances toxiques dans les produits menstruels se situe au croisement de la santé publique, la durabilité environnementale, la responsabilité industrielle, et la justice sociale. Loin d'être une préoccupation isolée, elle fait partie d'une plus grande réflexion sur la production des produits chimiques, leur usage, et leur surveillance dans les économies modernes. L'air que l'on respire, l'eau que l'on boit, les produits que l'on applique sur notre peau contiennent tous des traces de produits chimiques industriels. Les produits menstruels sont donc le miroir de l'exposition systémique aux agents chimiques, soulevant la question de la transition des sociétés à des systèmes de production plus sûrs, plus transparents.

Parmi tous les entretiens, quatre priorités clés ont été identifiées systématiquement, qui seront davantage détaillées ici :

1 → Financer davantage de recherches indépendantes et d'études de grande échelle.

2 → Créer un cadre légal pour la réglementation et la transparence.

3 → Établir des labels et normes clairs pour informer les consommateur-rices.

4 → Renforcer l'implication de la société civile pour accroître la visibilité et la responsabilité.

Ces quatre champs sont interdépendants. La recherche produit les preuves nécessaires à la réglementation ; la réglementation produit les incitations ; les normes soutiennent la confiance des consommateur-rices ; enfin la société civile assure la continuité de la surveillance. Ensemble, ils forment les fondations d'une réponse européenne cohérente à la sécurité des produits menstruels.

Financer davantage d'études

Le coût de la science

Toutes les parties prenantes ont insisté sur le sévère manque d'études indépendantes bénéficiant de fonds publics. Les recherches actuelles sont limitées en étendue, souvent exploratoires et rarement suffisamment financées pour établir des seuils de santé. Le professeur Graham Peaslee souligne ainsi que la détection de substances nocives comme les PFAS requiert des procédures de test très spécifiques et coûteuses. « Il n'y a pas de test universel pour les produits toxiques, explique-t-il. Vous devez savoir ce que vous cherchez – et chaque produit de plus exige un test ciblé de plus, un coût de plus ». Cette situation crée une dépendance structurelle à des projets de recherche de court terme et associés à l'industrie, ce qui limite l'étendue des résultats et peut ralentir la réponse régulatrice.

La difficulté est à la fois économique et méthodologique. Comme le note Nicolas Tessandier de l'Institut Alfred Fournier, même des études bien subventionnées peinent à atteindre le niveau de financement nécessaire à une analyse de grande échelle sur la population. « Nous avons une étude avec 150 participants sur le point de sortir, déclare-t-il. C'est un bon départ, mais c'est encore bien trop petit si l'on veut comprendre comment ces produits affectent la santé ». Les études épidémiologiques ou longitudinales exhaustives font toujours défaut, si bien que les données existantes ne peuvent pas, en l'état, établir de seuils sûrs d'exposition ou prendre en compte les effets de mélange.

Lacunes de la recherche et défis méthodologiques

Une autre importante lacune relevée de multiples fois au cours des entretiens est le manque d'un modèle reproduisant correctement la membrane de la muqueuse du vagin. La plupart des contrôles toxicologiques actuels reposent sur des modèles dermiques ou des données animales, qui ne reflètent pas la perméabilité unique du tissu vaginal. Cette limite pourrait conduire à une sous-estimation systémique du risque. Plusieurs personnes interviewées, notamment les chercheur-euses de l'Université de Montpellier, ont insisté sur le besoin de nouveaux modèles in-vitro et in-vivo adaptés à l'exposition des muqueuses.

Cette absence de méthodologies adaptées fragilise la crédibilité des évaluations de sécurité. Comme l'explique l'un des toxicologues, « les règlements sont basés sur des tests de peau, pas sur des tests des muqueuses ; pourtant les produits menstruels sont utilisés sur l'une des parties les plus absorbantes du corps humain ». Développer de tels modèles ne ferait pas qu'améliorer les évaluations des risques sanitaires, mais pourrait aussi servir de référence pour des recommandations de l'UE. Helen Lynn (Women's Environmental Network) note quant à elle que « personne ne connaît réellement le véritable impact sur la santé, même si l'on sait ce que ces [substances toxiques] peuvent faire, à faible dose. Je pense que beaucoup d'inconnues persistent, on en sait plus sur la face cachée de la Lune que sur la cloison vaginale et je pense qu'il est vraiment temps que ça change ». Plusieurs substances toxiques ont été trouvées dans les protections périodiques, mais à cause du manque de recherche sur ce sujet spécifique, nous ne pouvons pas être sûrs des effets concrets sur la santé, même si l'on sait que ces produits sont toxiques dans d'autres contextes.

Collaboration et interdisciplinarité

Tous les experts s'accordaient pour dire que la collaboration était clé. Travailler pour la sûreté des produits menstruels exige une approche interdisciplinaire associant chimie, toxicologie, santé reproductive, sociologie, et éthique.

Ce n'est pas seulement une question de mesure de l'exposition, mais aussi de comprendre les comportements sociaux, les inégalités de genre, et l'accès à des alternatives sûres. « Nous vivons dans un monde rempli de produits chimiques, note Peaslee. Donc un produit parfaitement non toxique est peut-être irréaliste, mais on peut au moins mesurer et minimiser les risques, et cela commence avec le savoir ».

Les chercheurs ont appelé à la formation d'un groupe de travail européen, qui unirait des laboratoires, des agences de santé publique, et des fabricants, autour d'un programme commun de recherche. L'inclusion des fabricants dans ce dialogue est également vitale, parce qu'ils peuvent apporter des éclairages sur les chaînes logistiques et sur la faisabilité de la production. Cependant, comme des experts de la société civile tels qu'Helen Lynn le soulignent, cette collaboration ne doit pas compromettre l'indépendance : « L'expertise de l'industrie est essentielle, mais la recherche doit être guidée par l'intérêt général ».

Créer un cadre légal pour la réglementation et la transparence

La réglementation et les limites des pratiques actuelles

Les entretiens avec les fabricants ont révélé un frappant manque de conseils réglementaires. Aux termes de la loi européenne actuelle, les produits menstruels relevant du RSGP 2023/988, les fabricants sont obligés de garantir que leurs produits sont « sûrs » mais ne précise pas ce que cela signifie en pratique. « En Europe, note le fabricant Eduard Farré, la seule chose que l'on doit satisfaire en tant que fabricant c'est de mettre un produit sûr sur le marché. Mais personne ne me dit ce que je dois considérer comme sûr dans mon produit ». De même, Stefanie Malchow, de la compagnie allemande VYLD décrit ainsi le manque d'exigences d'évaluation claires : « votre produit ne devrait pas causer de dommages, mais ce que "dommage" veut dire n'est pas vraiment régulé, ou à partir de quel seuil. Quand vous allez faire contrôler la présence de substances toxiques, chaque laboratoire vous répond : "que cherchez-vous ?" Et c'est au fabricant de décider individuellement ce qui mérite d'être recherché ».

Cette ambiguïté de la réglementation crée une incertitude même pour les industriels consciencieux et qui cherchent à fabriquer des produits sûrs et durables. En pratique, le cadre actuel délègue l'évaluation du risque aux compagnies privées, sans normes harmonisées de contrôle, ni règles de transparence obligatoires. Comme le résume Nicolas Tessandier, « le niveau de réglementation est si bas que, pour l'instant, la seule chose que l'industrie doit garantir c'est que les tampons ou les coupes ne tuent pas immédiatement les gens ».

Helen Lynn confirme cette idée : « Dans le fond, les fabricants peuvent ajouter n'importe quoi au produit qu'ils produisent. Il n'y a pas de contrôle réel par les gouvernements ». Selon le WEN, « il devrait y avoir des évaluations indépendantes pour ces produits avant qu'ils soient mis sur le marché », soulignant l'urgence de réglementations et d'évaluations supplémentaires pour garantir la sûreté des produits.

L'UE devrait faire appliquer de plus strictes réglementations sur les produits menstruels, d'autant plus au regard des études qui y ont trouvé des substances toxiques. Comme le souligne Saskia Bricmont, eurodéputée écologiste : « Si on n'obtient pas une interdiction à ce sujet, alors ce qu'il faut qu'on obtienne, c'est de réguler strictement ce qui peut être contenu dans les produits hygiéniques ».

Repenser la réglementation et exiger la responsabilisation des fabricants

Aujourd'hui, il n'y a non seulement pratiquement aucune réglementation spécifique, mais la manière dont opère actuellement l'UE fait très peu pour tenir les fabricants responsables des produits qu'ils vendent. La charge de la preuve doit changer de côté.

Pour aller plus loin, Marianthi-Anna Kioumourtzoglou, experte ayant notablement participé à l'étude qui a trouvé des métaux lourds dans les tampons, a appelé à un réexamen fondamental : « Il faut qu'on commence à repenser le processus depuis le départ. Peut-on créer un produit qui soit sûr, qui ne contribue pas à remplir les décharges, et que l'on peut utiliser et potentiellement réutiliser sans risquer d'exposition toxique ou d'infections ? ». Esther Vogel qui a elle contribué à la directive française pour la transparence, fait part d'une préoccupation similaire : « La responsabilité qui s'applique pour les produits, c'est la responsabilité du fait de produits défectueux. Un produit, s'il est défectueux, c'est une réglementation européenne, à partir du moment où il n'a pas la sécurité à laquelle on peut légitimement s'attendre. Après, pour prouver qu'un produit n'est pas sûr et a un défaut de sécurité, c'est là où c'est très compliqué. » La députée européenne Saskia Bricmont le confirme, et invite à une inversion de la charge de la preuve : « C'est au fabricant à prouver que son produit est bon pour la santé et l'environnement pour qu'il obtienne une autorisation de mise sur le marché ».

Pour la transparence

La transparence s'est révélée une demande universelle, citée dans tous les entretiens. À de rares exceptions (la France, l'Espagne et certains États des États-Unis), les fabricants ne sont pas obligés de déclarer le moindre ingrédient ou contaminant. Pour un produit dont l'usage est interne et se fait pendant plusieurs décennies, ce manque d'information est inacceptable. L'eurodéputée Saskia Bricmont insiste sur ce problème : « Mais la transparence est une préoccupation majeure au niveau européen ».

Et donc le b.a.-ba, c'est que les produits soient clairement étiquetés, renseignés en toute transparence pour les consommatrices ici en l'occurrence. Et c'est loin d'être le cas puisqu'on ne sait pas quels sont les produits qui sont contenus dans les produits périodiques ». Les autorités publiques doivent donc établir des règles claires d'obligation de transparence :

→ Les listes complètes des ingrédients, incluant les substances ajoutées intentionnellement, les contaminants et les résidus ;

→ Une documentation sur la sécurité publiquement accessible ;

→ Un étiquetage standardisé pour garantir la comparabilité dans tout le marché européen.

Ces mesures devraient être complétées par des évaluations des risques indépendantes et basées sur des modèles d'exposition pertinents. Par exemple, les orientations futures de l'UE pourraient rendre obligatoire le test sur des modèles de tissus vaginaux pour prendre en compte des voies d'absorption réalistes.

Un tel cadre directeur permettrait aux fabricants de rivaliser sur la sûreté des produits et non sur leur opacité, et empêcherait l'usage de désignations trompeuses comme « naturel », « pur », « biologique » sur l'étiquetage de produits qui peuvent encore contenir des substances dangereuses. Comme Peaslee le fait remarquer : « Nous avons vu des déclarations "sans PFAS" qui étaient fausses – pas nécessairement par duperie, mais parce que les compagnies elles-mêmes ne savent pas ce qu'il y a dans leur chaîne d'approvisionnement ».

Les protections réutilisables : opportunités et mises en garde

Les produits menstruels réutilisables sont souvent mis en avant comme une alternative durable aux serviettes et tampons à usage unique. Pourtant des études récentes, y compris celles citées par Peaslee, montrent que de nombreux produits réutilisables, tels que les sous-vêtements périodiques, contiennent des PFAS ou d'autres résidus industriels. La découverte positive, note-t-il, est que certains produits ont atteint des niveaux de PFAS indétectables, prouvant qu'une fabrication sûre est possible quand l'usage intentionnel de PFAS est évité. De surcroît, Helen Lynn partage ses préoccupations au sujet, par exemple, des culottes menstruelles lorsqu'elles sont « en matériaux synthétiques, et dans ce cas il y a des problèmes avec l'odeur, parce que les matériaux synthétiques capturent davantage d'odeurs. Ce qui veut dire que les fabricants pensent devoir introduire des antimicrobiens et des parfums », ce qui implique d'ajouter des substances toxiques, et le cycle se répète.

Cependant, les réutilisables apportent de nouveaux défis. Ils requièrent un accès à de l'eau propre pour les laver, ce qui n'est pas garanti pour toutes les personnes menstruées. Ils peuvent aussi n'être pas adaptés pour des personnes ayant un flux important, ou celles vivant en situation de précarité. La sûreté et l'accessibilité doivent donc être traitées comme des priorités conjointes. Les produits réutilisables devraient faire l'objet des mêmes contrôles toxicologiques que les jetables, incluant notamment des évaluations ciblant les agents de nettoyage des textiles, les colorants, et les nanomatériaux.

Établir des labels et des normes

Les promesses et limites de la normalisation

La normalisation peut servir de premier pas vers des produits sûrs. Les développements en cours des normes ISO pour les produits menstruels que cite Cohitec sont un signe positif d'investissement institutionnel. C'est la première initiative de normalisation des produits menstruels. Puisqu'aucune norme n'existait auparavant, le comité ISO a commencé par établir des exigences basiques de sécurité. « Notre approche, explique ainsi Jenny Acaralp, une représentante du comité, a en fait été de commencer par les exigences générales et de sécurité. Et donc c'est ce que l'on étudie actuellement. Et cela inclut, ou plutôt l'objectif principal ici, c'est la perspective du consommateur ». Jenny Acaralp a également assuré que la recherche récente avait été prise en considération, mentionnant même « une liste d'ingrédients possibles, et leur valeurs limites » comme « une chose qui sera incluse dans la norme ». Cependant, plusieurs des personnes interviewées ont alerté du risque que le processus soit capturé par les intérêts des industriels. Les frais de participation sont élevés, limitant l'accès pour les ONG et les experts indépendants, et les ébauches des normes donnent souvent la priorité à la performance technique (capacité d'absorption, confort, discrétion) plutôt qu'à la sécurité chimique. Compte tenu du manque de données, le comité doit s'appuyer non seulement sur les preuves disponibles mais aussi sur l'expertise de ses participants. Cependant, il n'y a pas de système de quotas en place pour garantir une représentation équilibrée des perspectives diverses intéressées.

En l'absence de solide surveillance publique, il y a un risque que les nouvelles normes codifient le statu quo plutôt qu'elles le remettent en cause. La note du CHEM Trust observe ainsi : « Les lignes directrices volontaires et sans mécanisme d'application tendent à renforcer les pratiques existantes du marché plutôt qu'améliorer la sécurité des consommateur-rices ».

L'étiquetage comme outils d'émancipation du public

Les étiquetages des produits peuvent constituer de puissants instruments à la fois pour l'éducation des consommateur·rices et pour la transformation du marché. « Faire des rapports publics, explique ainsi Graham Peaslee, est la première étape, parce que une fois que les consommateur·rices sont éduqué·es, obtenir des changements devient rapide, par pression du marché. Si sept compagnies existent, et une est sans PFAS, elle aura une longueur d'avance sur le marché ».

Des labels tels que « sans-PFAS », « non toxique » ou « testé chimiquement » pourraient pousser les entreprises à reformuler leurs produits et faire le ménage dans leur chaîne logistique. Cependant, cela ne fonctionne que si les critères d'étiquetage sont vérifiables et applicables. L'eurodéputée Saskia Bricmont a fait une remarque similaire, dressant le parallèle entre les labels préexistants et comment ils peuvent donner aux consommateur·rices la capacité à choisir de meilleurs produits : « On parle d'information des consommateurs, mais aussi d'effets d'entraînement. Parce que quand les composants des produits, la performance énergétique, le Nutri-score sont indiqués, petit à petit, ce qu'on a constaté, c'est que le marché se régule et que de plus en plus, les produits les plus performants se retrouvent sur le marché et les autres ont tendance à disparaître ». Les audits indépendants doivent confirmer la conformité, et des sanctions s'appliquer pour les allégations mensongères.

Certains labels existants montrent déjà la voie à suivre. Par exemple, le label Global Organic Textile Standard (GOTS) interdit les nanoparticules dans les textiles qu'il certifie, garantissant une protection supérieure à celle de la législation européenne actuelle. Étendre des principes similaires aux produits menstruels comblerait une lacune réglementaire majeure. Cela étant dit, la plupart de ces programmes restent volontaires – une limite qui souligne le besoin de normes obligatoires pour toute l'UE.

Renforcer la participation de la société civile

La force de la mobilisation

La société civile a été un moteur historique dans la sûreté des produits menstruels. Les scandales du syndrome du choc toxique dans les années 1980 ont montré comment l'indignation publique a pu provoquer une action réglementaire rapide : aux États-Unis, la FDA a été forcée à mener de nouvelles études, et les fabricants ont dû rendre publiques les niveaux d'absorption des tampons. Comme le rappelle Helen Lynn, « la pression publique marche, quand les gens commencent à poser des questions, les autorités bougent ». Marianthi-Anna Kioumourtzoglou a fait part de perspectives similaires sur l'effet majeur de la mobilisation publique : « C'est important pour nous [électeur·rices] dans ce cas, de pousser nos gouvernements à y investir davantage et forcer les fabricants à faire des produits plus sûrs parce que nous avons, comme consommateur·rices, un pouvoir ».

Aujourd'hui, des organisations de la société civile jouent un rôle similaire en alertant l'opinion publique au sujet des PFAS, des phtalates, et d'autres substances toxiques. Les ONG ont lancé des pétitions dans toute l'UE et des campagnes associant égalité menstruelle et sécurité chimique. Cependant, les personnes interviewées ont noté que les organisations féministes sont souvent insuffisamment financées et souvent exclues des processus décisionnels dominés par les lobbies industriels. « Les ONG féministes, insiste Lynn, doivent intégrer la toxicité des produits menstruels dans leur discours – ce n'est pas seulement une question environnementale, c'est une question de droits humains ».

Relier les preuves et l'action publique

Quoique les données scientifiques restent limitées, il y a déjà suffisamment de preuves pour porter la question à l'attention du public. Des contrôles indépendants ont détecté des métaux, PFAS et des résidus de pesticides de façon répétée dans les produits menstruels. Ces découvertes, associées à la haute perméabilité des tissus vaginaux et la longue durée de l'usage, justifient l'application du principe de précaution. La communication publique devrait se concentrer sur l'information sans susciter l'alarme, aidant les consommateur·rices à faire des choix plus sûrs tout en exigeant que les producteurs rendent des comptes.

La société civile agit également comme un pont entre la science et la politique, traduisant des données toxicologiques complexes en discours accessibles. Des campagnes comme « Affiche ta compo » en France ou « Règles non toxiques » au Royaume-Uni ont démontré comme une communication stratégique a pu transformer une problématique secondaire en préoccupation politique de l'opinion publique. Cette analyse a été confirmée par Esther Vogel, qui a souligné l'importance de l'opinion publique puisque « juridiquement et publiquement, on le sait, il faut qu'il y ait l'opinion publique qui suive ».

Construire une coalition européenne

L'étape suivante est l'institutionnalisation de la collaboration. Les personnalités interviewées ont appelé à la création d'une plateforme européenne pour la sûreté de la santé menstruelle, qui rassemblerait scientifiques, ONG, autorités régulatrices et fabricants. Esther Vogel a par exemple mis en avant l'importance de rassembler une diversité de parties prenantes, telles que les fabricants : « Avoir des fabricants engagés dans des démarches pour améliorer la composition des produits et travailler avec eux pour qu'ils puissent aussi dire : en tant que fabricants, c'est possible ».

Une telle plateforme pourrait coordonner le financement, harmoniser les méthodes de contrôle, et superviser les initiatives de transparence. Elle pourrait garantir l'inclusion des voix de la société civile dans les processus de création des normes, et éviter l'opacité qui opère dans les procédures actuelles.

Recommandations concrètes et lignes directrices pour les mesures

L'ensemble des données présentées au fil de ce rapport démontre que la réglementation actuelle de l'UE est fragmentaire et insuffisante pour protéger les personnes menstruées des potentiels risques chimiques, environnementaux et socio-économiques.

Pour aller vers un cadre directeur cohérent, fondé sur les droits et informé par la recherche scientifique, l'Union européenne et ses États-membres devraient adopter un plan d'action exhaustif structuré autour de cinq piliers principaux : 1) *Santé et sécurité* ; 2) *Transparence et droits des consommateurs* ; 3) *Environnement et circularité* ; 4) *Recherche, innovation et savoirs* ; et 5) *Gouvernance, participation, et droits humains*.

Le point de départ de cette enquête était une simple question : mieux réglementer les produits menstruels, pourquoi est-ce si important ? Nous espérons que l'analyse qui précède a démontré l'importance et l'urgence de cette question. Appuyées sur ces découvertes, les recommandations suivantes dessinent les étapes initiales vers des solutions réelles, informées par les éclairages d'un grand nombre de parties-prenantes et par la recherche existante.

1. Santé et sécurité

→ **Adopter une réglementation européenne dédiée pour les produits menstruels.**

Établir une catégorie légale spécifique reconnaissant les produits menstruels comme des biens de santé intime nécessitant des normes excluant les agents chimiques ou toxicologiques, comparables aux cosmétiques et aux appareils médicaux.

→ **Appliquer systématiquement le principe de précaution.**

En l'absence de complète certitude scientifique, les autorités régulatrices devraient prendre des mesures préventives pour restreindre les substances ayant des effets nocifs suspectés, en particulier celles potentiellement perturbatrices endocriniennes ou carcinogènes.

→ **Interdire les additifs dangereux.**

Interdire l'ajout intentionnel de PFAS, phtalates, parabènes, formaldéhyde et parfums synthétiques dans tous les produits du marché européen.

→ **Établir des LMR opposables.**

Introduire des limites pour les contaminants tels que les pesticides, les dioxines, les COV et métaux lourds, sur la base de modèles cumulatifs et de toxicité de mélanges.

→ **Des contrôles toxicologiques obligatoires préalables à la mise sur le marché.**

Exiger que tous les produits menstruels soient soumis à des contrôles indépendants réalisés par des tiers avant leur mise sur le marché. Ces tests devraient inclure des voies d'exposition vaginale et dermique.

→ **Inclure les produits menstruels dans la révision de REACH.**

Garantir que la réforme à venir traite explicitement les produits menstruels comme une catégorie d'usage méritant une surveillance plus élevée et des restrictions ciblées.

→ **Créer une liste de substances préoccupantes pour les produits menstruels.**

Sous le régime de REACH et de la Stratégie pour la durabilité dans le domaine des produits chimiques, établir une liste de surveillance spécifique pour les produits chimiques à risque élevé fréquemment détectés dans les produits menstruels, avec un agenda de restriction ou d'abandon progressif.

→ **Développer des méthodologies d'évaluation du risque adaptées à l'exposition intime.**

L'Agence européenne des produits chimiques (ECHA) et le Centre commun de recherche (CCR) devraient créer des méthodes normalisées reflétant les taux d'absorption des muqueuses et l'exposition cumulative.

2. Transparence et droit des consommateurs

→ **Obligation de transparence des compositions.**

Exiger des fabricants qu'ils listent tous les ingrédients et contaminants directement sur les emballages des produits et en ligne, en utilisant une terminologie standardisée dans toute l'UE.

→ **Établir un système unifié d'étiquetage pour l'UE.**

Développer un label clair et visible fournissant des informations sur la sûreté chimique (par exemple, « sans PFAS », « non toxique », « testé pour la présence de métaux lourds », et/ou un « score sanitaire » comparable au « Nutri-score »), basé sur les normes UE, et comparable dans tous les États-membres.

→ **Créer une base de données publique de l'UE pour la composition des produits menstruels.**

Gérée par ECHA et le CCR, cette base de données compilerait les résultats de contrôles vérifiés, facilitant la transparence pour les unités de recherche, les autorités et les consommateur·rices.

→ **Garantir la traçabilité et la responsabilité dans les chaînes logistiques.**

Exiger des fabricants qu'ils déclarent les informations de leurs fournisseurs de matières premières et d'additifs, assurant la traçabilité de l'origine chimique.

→ **Harmoniser la communication d'informations de sécurité.**

Les États-membres devraient aligner leurs outils de communication des risques, garantissant une information accessible pour tous·tes les consommateur·rices, y compris les personnes dont le niveau d'instruction est faible, ou les personnes handicapées.

→ **Lutter contre les allégations de vente trompeuses.**

Renforcer l'application de la protection par l'UE des consommateur·rices contre des labels « de blanchiment écologique » (*greenwashing*) ou « sans produits toxiques » qui ne sont pas vérifiés de manière indépendante.

3. Environnement et circularité

→ **Intégrer les produits menstruels dans le cadre de suivi de l'UE sur l'économie circulaire.**

Exiger des analyses du cycle de vie (ACV) prenant en compte l'empreinte carbone, l'usage de l'eau, la gestion des déchets, et les indicateurs de diffusion des produits chimiques.

→ **Appliquer la responsabilité élargie du producteur (REP).**

Contraindre les producteurs à contribuer financièrement à la collecte, au recyclage ou à l'élimination en toute sécurité des déchets menstruels, réduisant la charge qu'ils représentent pour les municipalités.

→ **Développer l'éco-conception et les incitations à leur substitution.**

Accorder des financements de l'UE et des avantages réglementaires pour des matériaux innovants non toxiques, biodégradables ou compostables, et pour des produits réutilisables dont la sûreté est vérifiée.

→ **Réglementer les produits menstruels réutilisables.**

Créer une catégorie réglementaire propre s'appliquant aux serviettes réutilisables, aux coupes et aux sous-vêtements pour garantir qu'il leur soit appliqué le même niveau de sécurité et de normes chimiques que les jetables.

→ **Intégrer les préoccupations vis-à-vis des nanomatériaux et microplastiques.**

Étendre le champ de la réglementation des nanomatériaux aux textiles pour inclure les sous-vêtements menstruels, avec une supervision et des restrictions pour les microplastiques persistants.

→ **Renforcer les critères d'étiquetage écologique.**

Mettre à jour l'Écolabel européen pour les produits menstruels afin d'inclure des interdictions opposables sur les produits chimiques dangereux, des seuils de résidus, et des mesures environnementales transparentes.

→ **Promouvoir des stratégies de gestion zéro-déchets pour les produits menstruels.**

Soutenir les programmes nationaux qui encouragent les produits réutilisables sûrs tout en assurant l'accessibilité et l'infrastructure nécessaire à l'hygiène (eau propre, séparation des déchets).

4. Recherche, innovation et savoirs

→ **Établir un programme de recherche européen sur la sécurité des produits menstruels.**

Sous le programme-cadre Horizon Europe, ou son successeur, créer une ligne budgétaire consacrée aux études indépendantes sur l'exposition chimique, la santé reproductive, et l'impact environnemental.

→ **Financer le développement de modèles d'exposition de la muqueuse vaginale.**

Soutenir la recherche académique et clinique pour créer des modèles in-vitro validés reflétant l'absorption par les muqueuses, essentiels pour une juste évaluation des risques.

→ **Encourager la collaboration interdisciplinaire.**

Créer un groupe de travail de l'UE pour la sûreté des produits menstruels, rassemblant des toxicologues, des expert·es de la santé publique, des chercheur·euses en sciences sociales, des fabricants, et des organisations de la société civile

→ **Soutenir des études longitudinales et épidémiologiques.**

Financer des projets de recherche de grande échelle pour enquêter sur les liens entre exposition chimique par les produits menstruels et conséquences sur la santé telles que les troubles de la fertilité, l'endométriose ou des maladies auto-immunes.

→ Promouvoir le partage de données et la science ouverte.

Exiger que les études financées par l'UE partagent leurs données brutes et leurs méthodologies dans des bases de données ouvertes, garantissant la répliquabilité et la transparence.

→ Développer des formations pour les autorités de régulation et les professionnel·les de santé.

Renforcer les capacités, au sein des États-membres, à interpréter les données toxicologiques, à évaluer les risques, et à communiquer efficacement les découvertes au public.

5. Gouvernance, participation et droits humains

Reconnaître la santé menstruelle comme un droit humain fondamental.

En conformité avec les recommandations de l'OMS et des Nations Unies, l'UE devrait intégrer la santé menstruelle dans son plan d'action en faveur des droits de l'homme et de la démocratie, garantissant sûreté, accessibilité et dignité.

→ Garantir une participation inclusive à la conception des programmes.

Assurer l'inclusion systématique des organisations de la société civile, des mouvements féministes et des minorités disproportionnellement affectées par la pauvreté menstruelle (notamment les personnes à faibles revenus, les migrant·es, les Roms, les personnes LGBTQIA+ et les personnes handicapées) dans les consultations réglementaires.

→ Adopter une Stratégie de l'UE pour la santé et la sûreté menstruelle.

Au titre de la prochaine Stratégie en faveur de l'égalité entre les hommes et les femmes 2030, la Commission devrait proposer une stratégie interdisciplinaire mettant en cohérence la sûreté des produits menstruels avec les objectifs de santé public, les objectifs environnementaux et les objectifs d'égalité homme-femme.



04

Conclusion

Ce rapport a commencé avec une question, simple, mais urgente : *Que faudrait-il pour rendre les produits menstruels sûrs, transparents et durables dans l'Union Européenne ?*

La réponse n'est pas seulement dans l'innovation chimique ou dans une fabrication plus respectueuse de l'environnement, mais aussi en reconsidérant comment l'Europe protège la santé, l'environnement, et les droits des consommateur-rices, et ceux, en particulier, dont les besoins ont été longtemps ignorés.

Malgré leur usage quotidien par la moitié de la population, les produits menstruels restent l'un des biens d'usage intime les moins réglementés dans l'UE. Plus de deux décennies de preuves scientifiques ont révélé la présence de PFAS, phtalates, dioxines, métaux lourds et autres résidus dangereux dans les tampons, serviettes et sous-vêtements menstruels. Et pourtant, aucune réglementation et aucune norme de contrôle ne garantissent leur sûreté au niveau européen. Il est attendu des fabricants qu'ils s'assurent de la « sûreté » de leurs produits, mais sans directives claires, sans seuils, ni exigences de transparence. Les consommateur-rices, en conséquence, se retrouvent sans information, incapables de comparer les produits, et exposé-es à des risques, sans capacité à les évaluer ou les éviter.

En peu de mots, la sécurité menstruelle dépend aujourd'hui non pas des droits et des réglementations, mais de la confiance, qui est une frêle alternative à la responsabilité.

La sécurité des produits menstruels est plus qu'une question technique : elle reflète comment l'UE définit le droit à la santé, à l'intégrité environnementale, et à la protection des consommateur-rices. Comme ce sont des produits qui entrent en contact avec les très absorbants tissus des muqueuses pendant des décennies d'utilisation, les produits menstruels doivent être traités avec la même vigilance que les biens médicaux ou cosmétiques. Leur contamination par des « polluants éternels » et des résidus industriels rend manifeste l'intersection de la santé publique, de l'égalité de genre, et de la protection environnementale. La pollution aux PFAS est, par exemple, non seulement un danger pour la santé mais pour l'environnement : persistant dans les sols, l'eau, et le corps humain pendant des générations. L'Organisation mondiale de la santé et la Cour internationale de justice ont chacune déclaré que la protection de la population contre les dommages chimiques est une obligation en vertu des droits humains. Au sein de l'UE, cette obligation s'étend également à l'assurance du droit des consommateur-rices à la sûreté, à l'information, et au choix.

La transparence et l'accès à l'information sont les pierres angulaires de ces droits. Un-e consommateur-riche ne peut pas exercer un choix libre sans connaître ce que contiennent les produits destinés à son usage. Le défaut de transparence sur les ingrédients, et de données publiques sur les contaminants dans les produits menstruels, n'est donc pas une simple insuffisance réglementaire, mais une insuffisance démocratique.

Restaurer la confiance et la responsabilité exige de donner aux consommateur-rices le droit à l'information et le droit à des alternatives sûres. L'indication des compositions complètes sur les emballages, les tests indépendants, et une base de données publique de l'UE sur la composition des produits habiliteraient les individus, renforceraient la responsabilité, et stimuleraient l'innovation industrielle.

Appliquer le principe de précaution doit être l'étape suivante : quand une preuve crédible de dommages existe, l'incertitude ne peut justifier l'inaction. L'UE devrait adopter des règles contraignantes pour interdire les additifs dangereux, fixer des limites maximales de résidus, et garantir que tous les produits menstruels, qu'ils soient jetables ou réutilisables, soient conformes aux normes toxicologiques et environnementales communes. De telles mesures inscraient la sécurité menstruelle dans l'ambition plus générale du pacte vert et de la Stratégie pour la durabilité dans le domaine des produits chimiques : un environnement non toxique qui protège à la fois les humains et la planète.

Cependant, la réglementation seule ne suffira pas. Le progrès dépend de la recherche indépendante, de la mobilisation citoyenne, et d'une gouvernance transparente. Il y a un besoin urgent d'études financées par l'UE sur les voies d'exposition, sur la toxicité des mélanges, et sur les effets chroniques des expositions à basses doses. La société civile a déjà démontré sa capacité à provoquer le changement, par des pétitions, par le plaidoyer, et par les campagnes de sensibilisation, et devrait être formellement intégrée dans les processus décisionnels. Cet activisme a fait de la santé menstruelle un enjeu public d'égalité et de justice, et non plus seulement d'hygiène personnelle.

Pour conclure, la sûreté des produits menstruels est une mesure de la maturité de l'Europe en tant qu'union sociale, environnementale et démocratique. La protection des consommateur-rices contre les risques cachés dans les produits intimes n'est pas une demande marginale, c'est un test de la capacité de l'UE à respecter ses promesses fondamentales : la protection de la santé, l'égalité de genre, le respect de l'environnement, et l'émancipation des consommateur-rices.

La voie à suivre est claire : plus de transparence, plus de précaution, et plus de responsabilité.

En inscrivant durablement la santé menstruelle au sein de ses programmes de protection des droits humains et des consommateur-rices, l'Union européenne peut combler une lacune réglementaire historique et être à la pointe mondiale pour que les règles soient sûres, équitables et durables. S'assurer que toute personne en Europe puisse avoir confiance dans les produits qu'elle utilise chaque mois n'est pas un objectif politique, c'est une déclaration de dignité, de démocratie, et de droits en action.

05

Bibliographie

par ordre alphabétique

- Agencia Telam. (2015, October 20). Encuentran glifosato en algodón, gasas, hisopos, toallitas y tampones. *Universidad Nacional de la Plata*. https://www.exactas.unlp.edu.ar/articulo/2015/10/21/encuentran_glifosato_en_aldodon_gasas_hisopos_toallitas_y_tampones
- Agence nationale de sécurité sanitaire, de l'alimentation, de l'environnement et du travail. (2018). *Opinion of the French Agency for Food, Environmental and Occupational Health & Safety on the safety of feminine hygiene products*. <https://www.anses.fr/en/system/files/CONSO2016SA0108EN.pdf>
- Agence nationale de sécurité sanitaire, de l'alimentation, de l'environnement et du travail. (2019). *Sécurité des produits de protection intime*. <https://www.anses.fr/fr/system/files?file=CONSO2016SA0108Ra.pdf>
- Amara's Law, Minn. Stat.116.943. (Minnesota, 2023). <https://www.revisor.mn.gov/statutes/cite/116.943#stat.116.943>
- American National Standard Institute. (2025, May 28). *Standards for Health: International Committee Guides Global Standards for Menstrual Products*. <https://www.ansi.org/standards-news/all-news/5-28-25-international-committee-guides-global-standards-for-menstrual-products>
- Almeida, L. & Ramos, D. (2017). Health and safety concerns of textiles with nanomaterials. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 254(10). 254(102002). 10.1088/1757-899X/254/10/102002
- Andreassen, M., Rudén, C. & Ågerstrand, M. (2025). Mapping chemicals across EU's legal frameworks towards a 'one substance, one assessment' approach. *Environment International*, 199. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2025.109460>
- Archer, J. C., Mabry-Smith, R., Shojaee, S., Threet, J., Eckert, J. J., & Litman, V. E. (2005). Dioxin and furan levels found in tampons. *Journal of women's health*, 14(4), 311–315. <https://doi.org/10.1089/jwh.2005.14.311>
- Aujla, A., Logie C. H., Hardon A. & Narasimhan, M. (2024). Environmental impact of menstrual hygiene products. *Bulletin of the World Health Organisation*. Article ID BLT.24.291421. <https://cdn.who.int/media/docs/default-source/bulletin/online-first/blt.24.291421.pdf>
- AVICENN. (2024, June). *Quels risques des nanos pour la santé ?* Veille Nanos. <https://veillenanos.fr/dossier/sante/risques-sante/>
- AVICENN. (2025, December). *Nanos et textile*. Veille Nanos. <https://veillenanos.fr/dossier/applications/textiles/>
- Bartosiak, A. (2023, August 22). Naukowcy znaleźli «wieczne chemikalia» w podpaskach i tamponach. *Radio Zet*. <https://zdrowie.radiozet.pl/choroby/czy-podpaski-sa-szkodliwe-naukowcy-ostregaja-przed-chemikaliami>
- Berge, A. (2024, August 27). Överdrivet larm om gift i tamponer. *Råd & Rön*. <https://www.radron.se/vardagskunskap/overdrivet-larm-om-gift-i-tamponer/>
- Billon, A., Gustin, M. P., Tristan, A., Bénét T., Berthiller, J., Gustave, C. A., Vanhems, P. & Lina, G. (2020). Association of characteristics of tampon use with menstrual toxic shock syndrome in France. *Eclinical Medicine* 21 (100308). <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100308>
- Boccard-Seltzer, R. L. (2025, July 23). Cups et culottes de règles : 30% des protections hygiéniques réutilisables contiennent des polluants éternels. *Marie Claire*. <https://www.marieclaire.fr/protections-hygiéniques-reutilisables-pfas-polluants-eternels-cup-culotte-de-regles,1497588.asp>
- Bojanowska, M. (2024, July 11). Szokujące wyniki badań tamponów. Wykryto toksyczne metale. *Gazeta*. <https://wiadomosci.gazeta.pl/wiadomosci/7,114881,31135319,szokujace-wyniki-badan-tamponow-wykryto-toksyczne-metale.html>
- Bonner, J. C. (2010). Nanoparticles as a potential cause of pleural and interstitial lung disease. *Proc Am Thorac Soc*, 7(2),138–141.10.1513/pats.200907-061RM
- Borunda, A. (2019, September 6). How Tampons and Pads became so unsustainable. *National Geographic*. <https://www.nationalgeographic.com/environment/article/how-tampons-pads-became-unsustainable-story-of-plastic>
- Boullay, C. (2015, June 21). De quoi sont faites nos protections hygiéniques ? *France Inter*. <https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/et-si-demain/de-quoi-sont-faites-nos-protections-hygiéniques-6306334>
- Braun, G., Herberth, G., Krauss, M., König, M., Wojtyśiak, Zenclussen, A. C., Escher, B. I. (2024). Neurotoxic mixture effects of chemicals extracted from blood of pregnant women. *Science* (New York, N.Y.), 386(6719), 301–309. <https://doi.org/10.1126/science.adq0336>
- Bricmont, S. (2025). *Parliamentary Question : Menstrual products: transparency and health risks. (Question for written answer E-001083/2025 to the Commission)*. European Parliament. https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-10-2025-001083_EN.html
- Bucher, A. (2024, June 5). *Tampax class action claims brand mislabels pure cotton products*. Top Class Actions. <https://topclassactions.com/lawsuit-settlements/lawsuit-news/procter-gamble-class-action-lawsuit-and-settlement-news/tampax-class-action-claims-brand-mislabels-pure-cotton-products/>
- Buscemi, L. (2024, July 5). De l'arsenic et du plomb dans les tampons hygiéniques. *Slate France*. <https://www.slate.fr/story/267466/arsenic-plomb-regles-tampons-metiaux-toxiques-dangereux-fabricants>
- Cabrera, A. & Garcia, R. (2019). *The environmental & economic costs of single-use menstrual products, baby nappies & wet wipes. Investigating the impact of these single-use items across Europe*. Zero Waste Europe. https://zerowasteurope.eu/wp-content/uploads/2019/12/bffp_single_use_menstrual_products_baby_nappies_and_wet_wipes.pdf
- Caporale, N., Leemans, M., Birgersson, L., Germain, P. L., Cheroni, C., Borbély, G., Engdahl, E., Lindh, C., Bardini Bressan, P., Cavallo, F., Even Cherev, N., D'Agostino, G. A., Pollard, S. M., Tullio Rigoli, M., Tanderini, E., Lopez Tobon, A., Trattaro, S., Troglio, F., Zanella, M., Testa, G. (2022). From cohorts to molecules: Adverse impacts of endocrine disrupting mixtures. *Science* (New York, N.Y.), 375(6582). <https://doi.org/10.1126/science.abe8244>
- CEN - European Committee for Standardization (2023). *Determination of trace chemicals extracted from absorbent hygiene products (AHPs) using simulated urine/menses*. <https://www.cencenelec.eu/media/CEN-CENELEC/News/Workshops/2023/2023-08-16%20-%20APH/draftcaws118001.pdf>
- Chai, M., Han, X., Zhong, F. Y. & Wang, Y. H. (2017). Contamination and health risk of phthalate esters in marketed sanitary napkins from China. *China Environmental Science* 75(5),1954–1960.
- CHEM Trust. (2022). *Chemical Cocktails : The neglected threat of toxic mixture and how to fix it*. https://chemtrust.org/wp-content/uploads/Chemical-cocktails_CHEMTrust-report_March-2022.pdf
- Chevalier, H. & Vasseur, V. (2022, March 10). Les fabricants de protections périodiques poussés à plus de transparence. *France Inter*. <https://www.radiofrance.fr/franceinter/les-fabricants-de-protections-periodiques-pousses-a-plus-de-transparence-4530319>
- Cho, Y. J., Park, S. B., & Han, M. (2015). Di-(2-ethylhexyl)-phthalate induces oxidative stress in human endometrial stromal cells in vitro. *Molecular and cellular endocrinology*, 407, 9–17. <https://doi.org/10.1016/j.mce.2015.03.003>
- Collombon, L. (2023, May 23). Er bestaan geen regels voor de ingrediënten in menstruatieproducten en daar moet verandering in komen. *Harpersbazaar*. <https://www.harpersbazaar.com/nl/cultuur-reizen/a43973570/regels-ingredienten-menstruatieproducten/>
- Coulaud, A. (2018, July 19). Des substances cancérigènes dans certaines protections hygiéniques. *Libération*. <https://www.liberation.fr/france/2018/07/19/des-substances-cancerogenes-dans-certaines-protections-hygiéniques-1667487/>
- Dagens Nyheter (2024, July 19). *Studie sprids om gift i tamponer: Högre halter i dricksvatten*. <https://www.dn.se/sverige/studie-sprids-om-gift-i-tamponer-hogre-halter-i-dricksvatten/>

- Daish, E. (2020, November 17). *My fight to remove plastic from period products – and why it matters*. World Economic Forum. <https://www.weforum.org/stories/2020/11/remove-plastic-from-period-products/#:~:text=In%20fact%2C%20period%20products%20are,as%20micro%2Dplastics%20and%20fibres>
- D'Alessio, V. (2025, May 2) Silent danger: researchers tackle chemicals that threaten health and fertility. *Horizon The EU Research & Innovation Magazine*. European Commission. <https://projects.research-and-innovation.ec.europa.eu/en/horizon-magazine/silent-danger-researchers-tackle-chemicals-threaten-health-and-fertility>
- Décret n° 2023-1427 du 30 décembre 2023 relatif à l'information sur certains produits de protection intime. (2023). *Journal officiel de la République française*. <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000048664463>
- De Groot, C. (2020). Fragrances: Contact Allergy and Other Adverse Effects. *Dermatitis* 31(1), 13–35. <https://doi.org/10.1097/DER.0000000000000463>
- Del Duca, L., & Liera, C. (2024). Beyond waste and reusables: redefining sustainability in menstrual policies. SEI brief. Stockholm Environment Institute. <https://doi.org/10.51414/sei2024.058>
- De Silva, A. O., Armitage, J. M., Bruton, T. A., Dassuncao, C., Heiger-Bernays, W., Hu, X. C., Kärman, A., Kelly B., Ng, C., Robuck, A., Sun, M., Webster, T. F. & Sunderland, E. M. (2021). PFAS Exposure Pathways for Humans and Wildlife: A Synthesis of Current Knowledge and Key Gaps in Understanding. *Environmental Toxicology and Chemistry*, 40(3), 631–657. <https://doi.org/10.1002/etc.4935>
- Desmedt, B., Marcelis, Q., Zhilivoda, D., & Deconinck, E. (2020). Sensitizing fragrances in absorbent hygiene products. *Contact dermatitis*, 82(5), 279–282. <https://doi.org/10.1111/cod.13472>
- Detchevery, M. & Nouvellon, S. (2022). *En quête de nanos dans les produits du quotidien*. AVICENN. https://veillenanos.fr/wp-content/uploads/2022/12/AVICENN_Rapport_complet_Enquetedenanos.pdf
- DeVito, M. J., & Schecter, A. (2002). Exposure assessment to dioxins from the use of tampons and diapers. *Environmental health perspectives*, 110(1), 23–28. <https://doi.org/10.1289/ehp.0211023>
- Dio Ferreira, D., Galvão, T. D., & Appoloni, C. R. (2023). Advances in healthcare and protective textiles (pp. 447–466). In S. UI-Islam, A. Majumdar, & B. Butola (Eds.), *The Textile Institute Book Series*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-91188-7.00010-8>
- EDANA. (2018). *Guidelines for Testing Feminine Hygiene Products*. <https://www.edana.org/hubfs/Docs/default-source/absorbent-hygiene-products/femcare-testing-guidelines-final.pdf?hsLang=en>
- Edwards, J. (2024, December 2). *Tampax faces another class action over lead in tampons*. Top Class Actions. <https://topclassactions.com/lawsuit-settlements/lawsuit-news/procter-gamble-class-action-lawsuit-and-settlement-news/tampax-faces-another-class-action-over-lead-in-tampons/>
- EndoFrance (n.d.). *Qu'est-ce que l'endométriose ?* <https://endofrance.org/la-maladie-endometriose/qu-est-ce-que-l-endometriose/>
- European Commission (n.d.). *Safety Gate: the EU rapid alert system for dangerous non-food products*. <https://ec.europa.eu/safety-gate/#/screen/home>
- European Commission. (2023a). Commission Decision (EU) 2023/1809 of 14 September 2023 establishing the EU Ecolabel criteria for absorbent hygiene products and for reusable menstrual cups (notified under document C(2023) 6024) (Text with EEA relevance). *Official Journal of the European Union*. <https://eur-lex.europa.eu/eli/dec/2023/1809/oj/eng#document1>
- European Commission: Directorate-General for Justice and Consumers. (2023b). CASP 2022, *Coordinated activities on the safety of products : hygiene products : final report*. Publications Office of the European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2838/620326>
- European Commission. (2025). *EU's General Product Safety Regulation (GPSR): A New Era of Consumer Protection*. <https://trade.ec.europa.eu/access-to-markets/en/news/eus-general-product-safety-regulation-gpsr-new-era-consumer-protection>
- European Parliament. (2020). *Petition No 1149/2020 by Kevin Reto Sequeira (Luxembourgish) on mandatory transparency for female hygienic products* [Petition]. <https://www.europarl.europa.eu/petitions/en/petition/content/1149%252F2020/html/Petition-No-1149%252F2020-by-Kevin-Reto-Sequeira-%2528Luxembourgish%2529-on-mandatory-transparency-for-female-hygienic-products>
- European Parliament & Council of the European Union. (2023). Regulation (EU) 2023/988 of the European Parliament and of the Council of 10 May 2023 on general product safety, amending Regulation (EU) No 1025/2012 of the European Parliament and of the Council and Directive (EU) 2020/1828 of the European Parliament and of the Council, and repealing Directive 2001/95/EC of the European Parliament and of the Council and Council Directive 87/357/EEC (Text with EEA relevance). *Official Journal of the European Union*. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/en/TXT/?uri=CELEX%3A32023R0988>
- European Union. (2010). *Charter of Fundamental Rights of the European Union*. *Official Journal of the European Union*. European Union. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/HTML/?uri=CELEX:12012P/TXT>
- European Union (2023). *CASP 2022, Coordinated activities on the safety of products : hygiene products : final report*. Publications Office of the European Union. <https://data.europa.eu/doi/10.2838/620326>
- Farage, M. A., Lennon, L., & Ajayi, F. (2011). Products used on female genital mucosa. *Current problems in dermatology*, 40, 90–100. <https://doi.org/10.1159/000321058>
- Fekkar, J. (2025, July 25). Des PFAS détectés dans les culottes et coupes menstruelles. *Le Monde*. https://www.lemonde.fr/planete/article/2025/07/25/des-pfas-detectes-dans-les-culottes-et-coupes-menstruelles_6623773_3244.html
- Fourcassier, S., Douziech, M., Pérez-López, P. & Schiebinger, L. (2022). Menstrual products: A comparable Life Cycle Assessment. *Cleaner Environmental Systems* 7(100096). <https://doi.org/10.1016/j.cesys.2022.100096>
- Gergely, S. (2014, November, 5). *Termékeszt: tamponok és egészségügyi betétek*. Tudatos Vásárlók (Association of Conscious Customers). <https://tudatosvasarlo.hu/termekeszt-tamponok-es-egeszseguyi-betek-0/>
- Gewessler, L., Wermelin, L., Béchu, C., Khattabi, Z., Ohisalo, M., Lemke, S., Eide, E. B. (2022, October 4). [Joint Letter from Leonore Gewessler, Lea Wermelin, Christophe Béchu, Christophe Béchu, Zakia Khattabi, Maria Ohisalo, Steffi Lemke, Espen Barth Eide to Frans Timmermans, Margrethe Vestager, Valdis Dombrovskis, Virginijus Sinkevičius, Thierry Breton]. *Actu Environnement*. <https://www.actu-environnement.com/media/pdf/news-40528-joint-letter-on-reach-and-the-importance-of-a-timely-implementation.pdf>
- Gholiof, M., Wessels, J. M., Foster, W. G., Turpin, V. & Leonardi, M. (2025). *Reproductive Toxicology*, 136(108983). <https://doi.org/10.1016/j.reprotox.2025.108983>
- Golla, M. (2019, February 21). Les tampons et serviettes contiennent toujours des substances indésirables, dénonce 60 Millions de consommateurs. *Le Figaro*. <https://www.lefigaro.fr/conso/2019/02/21/20010-20190221ARTFIG00062-les-tampons-et-serviettes-contiennent-toujours-des-substances-indesirables-denonce-60-millions-de-consommateurs.php>
- Harrison, M. E & Tyson, N. (2023). Menstruation: environmental impact and need for global health equity. *Int J Gynaecol Obstet*, 160(2), 378–82. <https://doi.org/10.1002/ijgo.14311> PMID:35781656
- Health and Environment Alliance. (2025, June 6). *Letter to EU environment ministers: REACH revision and environmental health priorities*. <https://www.env-health.org/letter-to-eu-environment-ministers-reach-revision-and-environmental-health-priorities/>
- Ho-jung, W. (2017, September 28). Pads, diapers are safe: government study. *The Korea Herald*. <https://www.koreaherald.com/article/1461304#:~:text=Preliminary%20results%20of%20a%20study%20conducted%20by%20the,potentially%20toxic%20chemicals%20only%20found%20in%20trace%20amounts.>

- HorrorAd4995. (2024, July 16). *So now that we found out there are toxic levels of lead and arsenic in tampons and pads what are we using?* [Online forum post]. Reddit (r/AskWomenOver30). https://www.reddit.com/r/AskWomenOver30/comments/1e4mn2a/so_now_that_we_found_out_there_are_toxic_levels/
- Jambeck, J. R. & Walker-Franklin, I. (2023). The impacts of plastics' life cycle. *One Earth*, 6(6),600–606. <https://doi.org/10.1016/j.oneear.2023.05.015>
- JoHansensButt. (2023, November 29). *What is your biggest complaint when it comes to menstrual products? (Reusable and disposable.* [Online forum post]. Reddit (r/TheGirlSurvivalGuide). https://www.reddit.com/r/TheGirlSurvivalGuide/comments/186npje/what_is_your_biggest_complaint_when_it_comes_to/
- Jönsson, F. (2024, July 19). Fimpa stekpannan – inte tampongerna. *Aftonbladet*. <https://www.aftonbladet.se/ledare/a/yEEKga/fimpa-inte-tampongen-ta-stekpannan-istallet>
- Kalsi Rajashekara, N., Natarajan, M., Srinivasan, A., Babu, J., Madhupantula, S. V., Jayshankar, B., & Nataraj, R. (2025). Role of personal care products as endocrine disruptors affecting reproductive age women. *Frontiers in reproductive health*, 7(1514060). <https://doi.org/10.3389/frph.2025.1514060>
- Kandaraki, E., Chatzigeorgiou, A., Livadas, S., Palioura, E., Economou, F., Koutsilieris, M., Palimeri, S., Panidis, D. & Diamanti-Kandarakis, E. (2011). Endocrine Disruptors and Polycystic Ovary Syndrome (PCOS): Elevated Serum Levels of Bisphenol A in Women with PCOS. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 96(3), E480–E484. <https://doi.org/10.1210/jc.2010-1658>
- Kemikalieinspektionen. (2018). *Report 8/18: Survey of hazardous chemical substances in feminine hygiene products.* <https://www.kemi.se/en/publications/reports/2018/report-8-18-survey-of-hazardous-chemical-substances-in-feminine-hygiene-products>
- Krewson, C. (2024, February 13). Unveiling endocrine disruptors in menstrual products. *Contemporary OB/GYN*. [https://www.contemporaryobgyn.net/view/unveiling-endocrine-disruptors-in-menstrual-products#:~:text=For%20environmental%20bisphenol%20A%20\(BPA,O.70%20ng%2Fg%2C%20respectively.](https://www.contemporaryobgyn.net/view/unveiling-endocrine-disruptors-in-menstrual-products#:~:text=For%20environmental%20bisphenol%20A%20(BPA,O.70%20ng%2Fg%2C%20respectively.)
- Kim S. H, Chun, S., Jang, J.Y., Chae, H. D, Kim, C. H. & Kang, B. M. (2011). Increased plasma levels of phthalate esters in women with advanced-stage endometriosis: a prospective case-control study. *Fertil Steril*, 95(1), 357–359. 10.1016/j.fertnstert.2010.07.1059
- Kim, S. H., Kim, Y. J., & Seo, Y. R. (2015). An Overview of Carcinogenic Heavy Metal: Molecular Toxicity Mechanism and Prevention. *Journal of cancer prevention*, 20(4), 232–240. <https://doi.org/10.15430/JCP.2015.20.4.232>
- Kluger, J. (2023, February 9). PFAS 'Forever Chemicals' Are Turning Up in Menstrual Products. Here's What You Need to Know. *Time*. <https://time.com/6254060/pfas-period-chemicals-underwear-tampons/>
- Kuo, C. H. , Yang, S. N. , Kuo, P. L. & Hung, C. H. (2012). Immunomodulatory effects of environmental endocrine disrupting chemicals. *The Kaohsiung Journal of Medical Sciences* 28(7), 37–42. <https://doi.org/10.1016/j.kjms.2012.05.008>
- Kurowska, P. (2018, September 7) Czy zdajesz sobie sprawę, ile szkodliwej chemii znajduje się w podpaskach i tamponach? *O Feminin*. <https://www.ofeminin.pl/fitness-i-zdrowie/dolegliwoscichoroby/czy-zdajesz-sobie-sprawe-ile-szkodliwej-chemii-znajduje-sie-w-podpaskach-i-tamponach/wwbznkt>
- Lambert, E. (2017, April 28). Quatre questions sur les dangers méconnus des tampons hygiéniques. *France Info*. https://www.franceinfo.fr/sante/quatre-questions-sur-les-dangers-meconnus-des-tampons-hygieniques_2164530.html
- LaMotte, S. (July 22, 2025). Very high levels of toxic chemicals found in eco-friendly menstrual products, study says. *CNN*. <https://edition.cnn.com/2025/07/22/health/toxins-reusable-menstrual-products-wellness>
- Lanzke, A. (2025, May 21). Das Problem mit den Menstruationsprodukten – welche sind wirklich gut? *Stern*. <https://www.stern.de/gesundheit/menstruationsprodukte--was-weiss-man-ueber-tasse--tampon-und-co-wirklich-35743080.html>
- Le Parisien. (2017, January 23). *Composition des tampons hygiéniques : Tampax l'indiquera au printemps.* <https://docs.google.com/document/d/11b9R0h4q23VFiwOrzSvb1Q0yTAu56NnMRbjdpdmDYU/edit?tab=t.0>
- Ley Orgánica 1/2023, de 28 de febrero, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2010, de 3 de marzo, de salud sexual y reproductiva y de la interrupción voluntaria del embarazo. *Boletín Oficial del Estado*, núm. 51, 1–34.
- Lin N., Ding, N., Meza-Wilson, E. ,Manuradha Devasurendra, A., Godwin C., Park, S. K. & Batterman, S. (2020). Volatile organic compounds in feminine hygiene products sold in the US market: A survey of products and health risks. *Environment International* 144(105740). <https://doi.org/10.1016/j.envint.2020.105740>.
- Loi n° 2023-1250 du 26 décembre 2023 de financement de la sécurité sociale pour 2024, art. 40. (2023). *Journal officiel de la République française*. <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000048652512>
- Loiseau, F. (December 17, 2022). Jambon, culotte, lait... Les nanoparticules indésirables sont partout. *Reporterre*. <https://reporterre.net/Jambon-culotte-lait-Les-nanoparticules-indesirables-sont-partout>
- Mandard, S. (2018, July 19). Des substances toxiques dans les tampons et les serviettes hygiéniques. *Le Monde*. https://www.lemonde.fr/pollution/article/2018/07/19/des-substances-toxiques-dans-les-tampons-et-les-serviettes-hygieniques_5333356_1652666.html
- Maurer, S. (2022, September 26). For safe products, the EU needs more than rapid alerts. *BEUC*. <https://blog.beuc.eu/for-safe-products-the-eu-needs-more-than-rapid-alerts/>
- Marcelis, Q., Gatzios, A., Deconinck, E., Rogiers, V., Demedts, B. & Vanhaecke, T. (2022). Quantitative risk assessment of allergens leaching from menstrual hygiene products. *Regulatory Toxicology and Pharmacology* 135. <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2022.105260>
- Marroquin, J., Kiomourtzoglou, M. A., Scranton, A., & Pollack, A. Z. (2024). Chemicals in menstrual products: A systematic review. *BJOG : an international journal of obstetrics and gynaecology*, 131(5), 655–664. <https://doi.org/10.1111/1471-0528.17668>
- Martin, O., Scholze, M., Ermler, S., McPhie, J., Bopp, S. K., Kienzler, A., Parisis, N. & Kortenkamp, A. (2021). Ten years of research on synergisms and antagonisms in chemical mixtures : A systematic review and quantitative reappraisal of mixture studies. *Environment International*, 146. <https://doi.org/10.1016/j.envint.2020.106206>
- Martin, O. V. (2023). Synergistic effects of chemical mixtures : How frequent is rare ? *Current Opinion in Toxicology*, 36. <https://doi.org/10.1016/j.cotox.2023.100424>
- Martin, J. S., Irfan, S., Genyn, H., Decoster, K. & Batista, C. (2025). International Court of Justice's ruling on climate change affirms states' obligations to human and planetary health. *BMJ* 391(2240). <http://doi.org/10.1136/bmj.r2240>
- Medonet. (2024, July 5). *Arsen i ołów w tamponach. «Toksyczne substancje wykryte we wszystkich rodzajach».* <https://www.medonet.pl/zdrowie/zdrowie-dla-kazdego,arsen-i-olow-w-tamponach--toksyczne-substancje-wykryte-we-wszystkich-rodzajach,artykul,65894060.html>
- Menstrual Matters. (2025). <https://menstrualmatters.eu/en/>
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. (2024). *Advancing Research on Chronic Conditions in Women*. Washington, DC: The National Academies Press.
- National Health System. (n.d.). *Polycystic ovary syndrome*. NHS. <https://www.nhs.uk/conditions/polycystic-ovary-syndrome-pcos/>

National Research Council (US) Committee on Contaminated Drinking Water at Camp Lejeune. (2009). *Contaminated water supplies at Camp Lejeune: Assessing potential health effects* (Ch. 3: Systemic exposures to volatile organic compounds and factors influencing susceptibility to their effects). National Academies Press. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK215288>

Nordqvist, R. (2025). *Parliamentary Question : Per- and polyfluoroalkyl substances (PFAS) and endocrine-disrupting chemicals (EDCs)*. (Question for written answer E-001693/2025 to the Commission). European Parliament. https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-10-2025-001693_EN.html

Obligations of States in respect of Climate Change (Advisory Opinion). (2025, July 23). International Court of Justice. <https://www.icj-cij.org/sites/default/files/case-related/187/187-20250723-sum-01-00-en.pdf>

Park, C. J., Barakat, R., Ulanov, A., Li, Z., Lin, P.C., Chiu, K., Zhou, S., Perez, P., Lee, J., Flaws, J. & Ko, C. J. (2019). Sanitary pads and diapers contain higher phthalate contents than those in common commercial plastic products. *Reprod Toxicology*(84), 114–121. <https://doi.org/10.1016/j.reprotox.2019.01.005>

Panieri, E., Baralic, K., Djukic-Cosic, D., Buha Djordjevic, A., & Saso, L. (2022). PFAS Molecules: A Major Concern for the Human Health and the Environment. *Toxics*, 10(2), 44. <https://doi.org/10.3390/toxics10020044>

Pérez Arribas, Z., Kowalska, M. A., Pérez Camacho, M. N., Faraca, G., Tosches, D., Sinkko, T., Wolf, O. (2021). *Revision of EU Ecolabel criteria for Absorbent Hygiene Products Preliminary report*. European Commission, JRC Technical Report. https://susproc.jrc.ec.europa.eu/product-bureau/sites/default/files/2021-09/Absorbent%20Hygiene%20Products_Draft%20Preliminary%20report_FINAL.pdf

Pesticide Action Network UK. (n.d.). *Impacts of pesticides on our health*. <https://www.pan-uk.org/health-effects-of-pesticides/>

Qvarforth, S. (2024, July 16). Ny studie: Giftiga metaller kan finnas i populära tamponger. Svt. <https://www.svt.se/nyheter/inrikes/ny-studie-giftiga-metaller-kan-finnas-i-populara-tamponger>

Raef, H. S. & Elmariah, S. B. (2021). Vulvar Pruritus: A Review of Clinical Associations, Pathophysiology and Therapeutic Management. *Frontiers in medicine*, 8 (649402). <https://doi.org/10.3389/fmed.2021.649402>

Rashidi, B. H. , Amanlou, M., Behrouzi Lak, T., Ghazizadeh, M., Haghollahi, F., Bagheri, M., & Eslami, B. (2017). The Association Between Bisphenol A and Polycystic Ovarian Syndrome: A Case-Control Study. *Acta medica Iranica*, 55(12), 759–764.

Rashidi, B. H., Amanlou, M., Behrouzi Lak, T., Ghazizadeh, M., & Eslami, B. (2017). A case-control study of bisphenol A and endometrioma among subgroup of Iranian women. *Journal of research in medical sciences : the official journal of Isfahan University of Medical Sciences*, 22(7). <https://doi.org/10.4103/1735-1995.199086>

Redd, N. (2023, August 10). We Had 44 Period and Incontinence Products Tested for Forever Chemicals. Many Were Contaminated. *The New York Times*. <https://www.nytimes.com/wirecutter/blog/forever-chemicals-in-period-incontinence-products/>

Règles Élémentaires, La Fondation des Femmes & Georgette Sand (2023). Pour une vraie transparence sur la composition des protections périodiques. [Petition] *Mes Opinions*. <https://www.mesopinions.com/petition/sante/vraie-transparence-composition-protections-periodiques/207932>

Règles Élémentaires. (2025). *The weight of period poverty in Europe*. Opinion Way. https://doccollectes.blob.core.windows.net/statics/Survey_2025_The_weight_of_period_poverty_in_Europe.pdf

Rezero. (2024). *Analysis of single-use menstrual products from the Spanish market detect 19 substances associated with plastic that can compromise the health of women and future generations*. <https://www.rezero.cat/en/toxic-plastic-menstruals-products/>

Scheuring-Wielgus, J. (2025). *Parliamentary Question : Transparency of the chemical composition of menstrual products and rules governing their safety in the EU* (Question for written answer E-001459/2025 to the Commission). European Parliament. https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/E-10-2025-001459_EN.html

Schwartz, P. (2023, October 15). Stopp på försäljning av menstrosor. *Aftonbladet*. <https://www.aftonbladet.se/nyheter/a/BWX137/stopp-pa-forsaljning-av-menstrosor>

Senate Bill S.2387-B/A.164-B. (New York, 2019). <https://www.nysenate.gov/legislation/bills/2019/S2387>

Senate Bill S.3643 (New Jersey, 2025). <https://legiscan.com/NJ/bill/S3643/2024>

Shankar, A., Teppala, S. & Sabanayagam, C. (2012). Bisphenol A and Peripheral Arterial Disease: Results from the NHANES. *Environmental Health Perspectives* 120(9). <http://dx.doi.org/10.1289/ehp.1104114>

Shands, K. N., Schmid, G. P., Dan, B. B., Blum, D., Guidotti, R. J., Hargrett, N. T. , Anderson, R. L., Hills, D. L., Broome, C. V., Band, J. D. & Fraser, D. W. (1980). Toxic-shock syndrome in menstruating women: association with tampon use and Staphylococcus aureus and clinical features in 52 cases. *The New England journal of medicine*, 303(25), 1436–1442. <https://doi.org/10.1056/NEJM198012183032502>

Shearston, J. A., Upson, K., Gordon, M., Do, V., Balac, O., Nguyen, K., Yan, B., Kioumourtzoglou, M. A. & Schilling, K. (2024). Tampons as a source of exposure to metal(loid)s. *Environment International*, 190 (108849). <https://doi.org/10.1016/j.envint.2024.108849>

Shekhar, C., Khosya, R., Thakur, K., Mahajan, D., Kumar, R., Kumar, S. & Sharma, A. K. (2024). A systematic review of pesticide exposure, associated risks, and long-term human health impacts. *Toxicology Reports* 13(101840). <https://doi.org/10.1016/j.toxrep.2024.101840>

SHF. (2025, April 1st). *Setting global product standards for menstrual health: The work starts now*. https://shfund.org/media/setting-global-product-standards-menstrual-health-work-starts-now?utm_source=chatgpt.com

Silva E., Rajapakse, N. and Kortenkamp, A. (2002). "Something from "nothing" – eight weak estrogenic chemicals combined at concentrations below NOECs produce significant mixture effects, ". *Environmental Science & Technology*, 36(8), 1751–1756. <https://doi.org/10.1021/es0101227>

Souter, I., Smith, K. W., Dimitriadis, I., Ehrlich, S., Williams, P. L., Calafat, A. M., & Hauser, R. (2013). The association of bisphenol-A urinary concentrations with antral follicle counts and other measures of ovarian reserve in women undergoing infertility treatments. *Reproductive toxicology* (Elmsford, N.Y.), 42, 224–231. <https://doi.org/10.1016/j.reprotox.2013.09.008>

Suchocka, N. (2024, March 1st). Podpaski to „must have“ dla wielu kobiet. Czy mogą być szkodliwe? *Hellozdrowie*. <https://www.hellozdrowie.pl/podpaski-to-must-have-dla-wielu-kobiet-czy-moga-byc-szkodliwe/>

Suvitha. (2025, September 10). Why Aren't Menstrual Products Classified as Medical Devices in the EU? (Feminine Hygiene Rules Explained). *Eu Verify*. <https://euverify.com/resource/menstrual-products-medical-devices-eu/#:~:text=The%20petitioner%2C%20Clarisse%20Le%20Court,potential%20exposure%20to%20harmful%20chemicals.>

Swiss Federal Office for Food Safety and Veterinary Affairs. (2016). *Chemische Substanzen in Hygieneartikeln. Risikoevaluation*. file:///Users/re/Downloads/Bericht_Chemische-Substanzen-in-Hygieneartikeln_DE-1.pdf

Take All Menstrual Product-PFAS Out Now (T.A.M.P.O.N.) Act, A.B. 2515, (California, 2024). <https://leginfo.ca.gov>

The Eco Guide. (2016). *A menstrual cup? Is that what it sounds like?* *Gross. | The Eco Guide*. [ONLINE] <http://theecoguide.org/menstrual-cup-what-sounds-gross.>

The Jakarta Post. (2015, July 7). All sanitary pads in Indonesia contain chlorine: YLKI. *The Jakarta Post*. <https://www.thejakartapost.com/news/2015/07/07/all-sanitary-pads-indonesia-contain-chlorine-ylki.html>

- The Lancet Regional Health- Americas. (2022). Menstrual health: a neglected public health problem. *The Lancet Regional Health – Americas*, 15(100399). [https://www.thelancet.com/journals/lanam/article/PIIS2667-193X\(22\)00216-2/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanam/article/PIIS2667-193X(22)00216-2/fulltext)
- United Nations Environmental Programme. (2021). *Single-use menstrual products and their alternatives*. Life Cycle Assessments. <https://www.lifecycleinitiative.org/wp-content/uploads/2021/07/UNEP-LCI-Single-use-vs-reusable-Menstrual-Products-Meta-study.pdf>
- United States Environmental Protection Agency [EPA]. (2024a). *National Strategy to Prevent Plastic Pollution : Part Three of a Series on Building a Circular Economy for All*. https://www.epa.gov/system/files/documents/2024-11/final_national_strategy_to_prevent_plastic_pollution.pdf
- United States Environmental Protection Agency [EPA]. (2024b, November 26). *Our Current Understanding of the Human Health and Environmental Risks of PFAS*. <https://www.epa.gov/pfas/our-current-understanding-human-health-and-environmental-risks-pfas>
- Verma, N., Rachamalla, M., Kumar, P. S., & Dua, K. (2023). *Assessment and impact of metal toxicity on wildlife and human health*. In S. K. Shukla, S. Kumar, S. Madhav, & P. K. Mishra (Eds.), *Metals in water: Global sources, significance, and treatment* (pp. 93–110). *Advances in Environmental Pollution Research*.
- Vermont Statutes Annotated. (2026). *Prohibited chemicals in cosmetic and menstrual products* (9 V.S.A. § 2494b). <https://legislature.vermont.gov/statutes/section/09/063/02494b>
- Wendee, N. (2014). A Question for Women's Health: Chemicals in Feminine Hygiene Products and Personal Lubricants. *Environ Health Perspect* 122(3), A70–A75. <https://doi.org/10.1289/ehp.122-A70>
- Wicks, A., Brady, S., Whitehead, H. D., Hedman T., Zachritz, A., Venier, M. & Peaslee, G. F. (2025). Per- and Polyfluoroalkyl Substances in Reusable Feminine Hygiene Products. *Environmental Science & Technology Letters* 12 (8), 924–929. 10.1021/acs.estlett.5c00553
- Wilk, K., Ostrowska, M., Białka, A., Stojko, R. & Drosdzol-Cop, A. (2017). Role of bisphenol A in endometriosis. *GinPolMedProject* 2(44), 35–37.
- Women Environmental Network. (2025). *Blood Sweat and Pesticide : A closer look at toxic chemicals in period products*. <https://www.wen.org.uk/wp-content/uploads/Blood-Sweat-and-Pesticides-1-May-2025.pdf>
- Women Environmental Network & Pesticide Network UK. (2025). *Get toxic chemicals out of period products!* [Petition]. Eko. <https://action.eko.org/a/toxic-period-products>
- Women Engaged for a Common Future International. (2020). *Toxic Free Periods: Eco-friendly healthy plastic free periods*. <https://www.wecf.org/toxic-free-periods/>.
- Women's Voices for the Earth. (2013). *Potential health effects of toxic chemicals in feminine care products*. <https://weavingvoices.org/wp-content/uploads/2025/10/Chem-Fatale-Report.pdf>
- Women's Voices for the Earth. (2018). *What's in your tampons ? WeavingVoices*. <https://weavingvoices.org/whats-in-your-tampon/>.
- World Economic Forum. (n.d.). *Indian start-up revolutionizes menstrual waste management*. <https://www.weforum.org/videos/this-indian-start-up-converts-used-sanitary-pads-into-hygienic-pulp-and-plastic/>
- World Health Organization. (2024, August 15). *Menstrual health is a fundamental human right*. <https://www.who.int/europe/news/item/15-08-2024-menstrual-health-is-a-fundamental-human-right>
- World Wide Fund for Nature. (2025, June 21). *The Life Cycle of Plastics*. <https://wwf.org.au/blogs/the-lifecycle-of-plastics/>
- Xuan, L., Ju, Z., Skonieczna, M., Zhou, P. K., & Huang, R. (2023). Nanoparticles-induced potential toxicity on human health: Applications, toxicity mechanisms, and evaluation models. *MedComm*, 4(4), e327. <https://doi.org/10.1002/mco2.327>
- Zero Waste Europe & Hej! Support. (2018). *Reusable & toxic-free menstrual products Making women's lives better while fighting plastic pollution*. https://zerowasteurope.eu/wp-content/uploads/2018/08/Reusable-toxic-free-menstrual-products_August-2018.pdf
- Zero Waste Europe. (2020). *The Bloody Manifesto A Period Manifesto For Change*. <https://zerowasteurope.eu/wp-content/uploads/2020/10/Bloody-Manifesto-2021.pdf>
- Zhan, W., Tang, W., Shen, X., Xu, H., & Zhang, J. (2023). Exposure to bisphenol A and its analogs and polycystic ovarian syndrome in women of childbearing age: A multicenter case-control study. *Chemosphere*, 313, 137463. <https://doi.org/10.1016/j.chemosphere.2022.137463>
- Zhou, X., Zhou, X., Wang, C., & Zhou, H. (2023). Environmental and human health impacts of volatile organic compounds: A perspective review. *Chemosphere*, 313, 137489. <https://doi.org/10.1016/j.chemosphere.2022.137489>
- Zlatnik, M. G. (2016). Endocrine-Disrupting Chemicals and Reproductive Health. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 61(4), 442–455. <https://doi.org/10.1111/jmwh.12500>

Merci à tous·tes celles·eux qui ont contribué à ce rapport,

Ana Moura Goncalves, Anaïs Blache, Anna Waston, Bernadette Arditi Mong, Cécile Lamy, Célia Jorry, Eduard Farré, Emily Palley, Esther Vogel, Ewa Malz, Fanny Claudon, Graham Peaslee, Helen Lynn, Janny Acaralp, Jenni Shearston, Jérémy Koffi, Joachim D'Eugenio, Joanna Scheuring-Wielgus, Kathrin Schilling, Laury Gaube, Maria Walsh, Maranthi-Anna Kioumourtzoglou, Mathilde Virlois, Maud Leblon, Miriam Carrero, Nicolas Tessandier, Saskia Bricmont, Stefanie Malchow,

merci aux associations du réseau Menstrual Matters EU,

Akcja menstruacja, Aragorputz, BruZelle, Cyclées, Dôstojná menštruácia, Enred menstrual, Errante, Eva in Rosso, For Womxn Period, Habibi fertility, Iele-Sânziene, It's Just Period, La Grande Collecte, La mujer que menstrua, Läpivuoto, MENSEN, Mulherendo, Neighborhood Feminists, Perioden System, Period. The Menstrual Movement Skopje, Pe stop, Promise, Rob de Matt, Rozowa Skrzyneckza, Sola Pomáhá, Tiiiiit! Inc., WASH United, WEN, We World It et toutes les autres organisations qui ont contribué et participé à la campagne, sous une forme ou une autre.



REGLES ELEMENTAIRES

Règles Élémentaires, fondée en 2015, est la première organisation à but non lucratif dédiée à la justice menstruelle. Leur mission est de garantir que tout le monde puisse vivre ses règles dans des conditions dignes et que les menstrues n'entravent plus leur vie quotidienne.

Elles ont plusieurs modes d'action. Elles collectent et redistribuent des produits menstruels dans toute la France, et ont distribué 25 millions de protections depuis leur création. Elles dispensent également des formations et effectuent des campagnes de sensibilisation pour un public étendu et divers, au sein d'écoles, d'institutions médico-sociales, d'entreprises et d'universités. Depuis leur création, elles ont atteint un public de plus de 15 000 jeunes personnes, au moyen de séances éducatives dédiées.

Leur travail de plaidoyer sur la composition des produits menstruel a commencé il y a trois ans, d'abord par la campagne « Affiche ta compo », en coalition avec La Fondation des Femmes et George Sand, ainsi qu'une pétition qui a rassemblé 20 000 signatures. Cette initiative a contribué à l'adoption d'un décret de transparence en France, l'un des rares pays en Europe disposant aujourd'hui d'une telle législation. Le décret exige que les fabricants listent tous les ingrédients sur l'emballage des produits menstruels.

Depuis 2024, Règles Élémentaires a étendu sa stratégie de plaidoyer au niveau européen, en particulier en établissant des relations avec des institutions européennes (la Commission, et des membres du Parlement européen) et en luttant activement pour que les enjeux menstruels soient reconnus dans les décisions politiques au niveau de l'UE. Elles ont contribué à un rapport commandé par le Groupe des Verts/Alliance libre européenne au sujet de la pauvreté menstruelle. Elles ont aussi lancé la campagne Menstrual Matters pour accroître la visibilité du sujet de la pauvreté menstruelle, et elles ont fondé un réseau d'organisations sous le même nom pour renforcer la collaboration et amplifier l'impact collectif des ONG travaillant dans ce domaine.

