



La Fondation canadienne de la ménopause appelle à l'action avec le tout premier *Programme de la politique sur la ménopause pour le Canada*

Les Canadiennes et Canadiens sont invités à faire entendre leur voix dans le cadre d'une nouvelle campagne de mobilisation visant à transformer les soins, la recherche et le soutien liés à la ménopause, aux côtés de Sophie Grégoire Trudeau, ambassadrice de la FCM

Toronto, le 1^{er} octobre 2026 – La Fondation canadienne de la ménopause (FCM) demande aux gouvernements de partout au pays d'agir maintenant pour soutenir des millions de femmes qui sont au stade de la ménopause, une transition majeure sur le plan de la santé qui entraîne des conséquences importantes pour le système de santé, la société et les milieux de travail. Le [Programme de la politique sur la ménopause pour le Canada](#) établit sept priorités pour des soins équitables en matière de ménopause, de meilleurs résultats en matière de santé des femmes et une économie plus forte. La population canadienne est encouragée à se faire entendre dans le cadre d'une nouvelle campagne de mobilisation.

« Même si l'on parle davantage de la ménopause, des obstacles systémiques empêchent les femmes de recevoir les soins qu'elles méritent », a déclaré Janet Ko, présidente et cofondatrice de la FCM. « Nous en payons tous le prix lorsque la moitié de la population est laissée pour compte. Le *Programme de la politique sur la ménopause pour le Canada* fournit aux décideurs un plan d'action pour mettre en œuvre les changements urgents qui s'imposent. C'est une occasion pour le Canada de devenir un chef de file mondial en matière de soins et de soutien équitables liés à la ménopause. »

Les symptômes de la ménopause qui ne sont pas pris en charge coûtent chaque année à l'économie canadienne environ 3,5 milliards de dollars et entraînent la perte de 540 000 journées de travail¹. L'accès aux soins pour la ménopause demeure inégal, et les écarts sont particulièrement importants pour les femmes autochtones, noires et racisées, les nouvelles arrivantes, les femmes vivant dans des communautés rurales et éloignées, les personnes de diverses identités de genre et les femmes à faible revenu^{2, 3}.

¹ Fondation canadienne de la ménopause. (2023). *Ménopause et vie professionnelle au Canada* [rapport].

<https://fondationcanadiennedelamenopause.ca/menopause-et-vie-professionnelle-au-canada/>

² Boparai, J. K., Canning, J., Chan, K., & Wijayasinghe, S. (2026). Recognizing ethnic and cultural variation in menopause care. *Canadian Family Physician*, 72(7–8), 446–448.

³ Brotto, L. A., Dobrer, S., Adshade, M., Booth, A., Dewar, K., Gustafson, K., Hsieh, C. L., Prestley, N., Santana Parrilla, J., Smith, L., Weir, S., Yong, P. J., & Ogilvie, G. (2026). A cross-sectional cohort study of menopause-related symptoms in British Columbia. *Maturitas*, 207, 108874.



Fondation Canadienne sur la Ménopause

Le *Programme de la politique sur la ménopause pour le Canada* demande aux gouvernements de :

1. **former les professionnels de la santé** : rendre obligatoire la formation sur la ménopause pour tous les médecins et toutes les infirmières praticiennes
2. **combler les disparités** : assurer un accès équitable aux soins en ménopause pour tout le monde
3. **payer équitablement** : mettre en place une rémunération qui encourage les médecins à offrir des soins de qualité en ménopause
4. **élargir l'accès aux traitements** : rendre les médicaments pour la ménopause accessibles et abordables
5. **financer la science** : investir dans la recherche sur la ménopause
6. **appuyer les travailleuses** : renforcer l'économie en créant des milieux de travail qui tiennent compte de la ménopause
7. **mettre fin à la stigmatisation** : sensibiliser le public à la ménopause

La FCM encourage la population canadienne à amplifier l'appel à l'action relatif à la ménopause en [envoyant une lettre à leurs représentants élus](#).

« Il s'agit d'une occasion de susciter un réel changement », a déclaré Sophie Grégoire Trudeau, ambassadrice de la FCM, militante pour les droits des femmes et la santé mentale, conférencière et auteure. « À l'heure actuelle, trop de femmes sont ignorées, reçoivent un diagnostic erroné ou sont livrées à elles-mêmes face à cette situation. Le Programme de la politique sur la ménopause pour le Canada est un appel à changer cette situation, afin que les personnes puissent traverser cette transition avec les connaissances, les soins et, à terme, avec la célébration qu'elle mérite. »

Faits sur la ménopause

- Le continuum de la ménopause comprend la périménopause, la ménopause et la postménopause. La ménopause survient pour des raisons naturelles, chirurgicales (après une ovariectomie) ou médicamenteuses (p. ex., chimiothérapie ou endocrinothérapie causant une suppression ovarienne). De nombreuses femmes en sont à l'un ou l'autre stade de la ménopause pendant environ 40 % de leur vie, et celles qui entrent en ménopause de façon précoce ou prématurée sont ménopausées pendant la majorité de leur vie adulte.
- Il y a environ 10 millions de femmes canadiennes âgées de 40 ans et plus qui sont à une étape de la ménopause; les femmes de plus de 40 ans représentent le quart de la main-d'œuvre rémunérée au Canada⁴.



Fondation Canadienne sur la Ménopause

- La cohorte des femmes sur le marché du travail dont la croissance est la plus rapide est celle des femmes âgées de 45 à 55 ans, soit la période à laquelle la plupart d'entre elles atteignent la ménopause⁴.
- Les symptômes de la ménopause qui ne sont pas pris en charge coûtent chaque année à l'économie canadienne environ 3,5 milliards de dollars et entraînent la perte de 540 000 journées de travail¹.
- Une Canadienne sur deux ne se sent pas préparée à la périménopause et à la ménopause⁵.
- On estime que 95 % des femmes présentent en moyenne sept symptômes de ménopause⁵.
- Seules 25 % des femmes indiquent que leur fournisseur de soins de santé a abordé la ménopause avec elles de façon proactive. Pour 75 % des femmes qui ont évoqué d'elles-mêmes le sujet de la ménopause, la conversation n'a pas été utile ou n'a été que moyennement utile⁵.
- On estime que 40 % des femmes ont l'impression que leurs symptômes n'ont pas suffisamment été traités par leur professionnel de la santé⁵.

Visitez le site lessentieldelamenopause.ca, le guide numérique de FCM, pour en savoir plus sur la ménopause, les étapes et les symptômes, les traitements, et pour obtenir des ressources supplémentaires.

Appuis au Programme de la politique sur la ménopause pour le Canada

« Les médecins veulent faire partie de la solution et offrir aux femmes les soins dont elles ont besoin en matière de ménopause. C'est pourquoi la SOGC appuie le Programme de politiques sur la ménopause au Canada et continue de réclamer une meilleure formation sur la ménopause pour tous les professionnels de la santé de première ligne, dans le cadre d'un effort plus vaste visant à combler les lacunes en matière de soins pour la ménopause partout au pays. » **D^r Nicholas Leyland, président, Société des obstétriciens et gynécologues du Canada**

« Le Programme de politiques sur la ménopause au Canada comble une lacune que nos membres constatent quotidiennement dans leur pratique clinique : trop de femmes sont privées des soins et de l'information dont elles ont besoin. La Société canadienne de la ménopause est heureuse de soutenir le travail de la Fondation canadienne de la ménopause

⁴ Statistique Canada. (s.d.). *Caractéristiques de la population active selon le genre et le groupe d'âge détaillé, données annuelles (Tableau 14-10-0327-01)*. Gouvernement du Canada. <https://doi.org/10.25318/1410032701-fra>

⁵ Fondation canadienne de la ménopause. (2022). *Silence et stigmatisation : La ménopause au Canada* [Rapport]. <https://fondationcanadiennedelamenopause.ca/le-rapport-sur-la-menopause-au-canada/>



Fondation Canadienne sur la Ménopause

visant à attirer l'attention nationale que ses enjeux méritent. » **D^r Claudio Soares, directeur général, Société canadienne de ménopause**

« Nous appuyons le Programme de la politique sur la ménopause pour le Canada et sa requête exigeant des soins plus efficaces et plus équitables liés à la ménopause. Nous savons que les femmes noires, autochtones et racialisées font trop souvent face à des inégalités importantes en matière de soins liés à la ménopause. Une meilleure éducation des professionnels de la santé sur la ménopause est essentielle pour s'assurer que chaque patiente reçoive des soins qu'elle mérite. » **D^{re} Nnamdi Ndubuka, présidente, Médecins noirs du Canada**

« Les soins et le soutien liés à la ménopause n'existent pas en vase clos. Ils font partie d'un ensemble plus large d'enjeux liés à l'équité en santé des femmes que défend la Coalition pour la santé des femmes. Nous soutenons le Programme de politiques sur la ménopause au Canada et les efforts de la FCM pour que cela se traduise en changements concrets pour les femmes partout au Canada. » **Carmen Wyton, fondatrice et présidente de la Coalition pour la santé des femmes**

« La recherche en santé des femmes souffre d'un sous-financement chronique, et la ménopause est l'un des exemples les plus évidents de la façon dont cela affecte la santé et le bien-être des femmes. En tant qu'alliance regroupant les principales fondations et instituts de recherche canadiens en santé des femmes, nous sommes fiers de soutenir le Programme de politiques sur la ménopause au Canada et son appel à des investissements importants dans la santé des femmes en milieu de vie. » **Amy Flood, directrice générale, Association canadienne pour l'équité en santé des femmes**

À propos de la Fondation canadienne de la ménopause

La Fondation canadienne de la ménopause (FCM) est une organisation nationale sans but lucratif qui a été créée pour sensibiliser la population aux répercussions de la ménopause sur les femmes et la société. La mission de la FCM est d'éliminer la stigmatisation sociale et les tabous associés à la ménopause. L'organisation est déterminée à combler les lacunes dans le domaine de la ménopause, à améliorer l'accès aux soins et aux traitements et à créer un milieu inclusif pour la ménopause au travail. Pour en savoir plus, rendez-vous sur le site FondationCanadienneDeLaMenopause.ca.

Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez écrire à l'adresse courriel suivante :
Natasha.Compton@becuriouspr.com