

# Cachez ce sang que je ne saurais voir. Les menstruations au Québec (1900-1950)

## Hiding the blood that must not be seen. Menstruation in Québec (1900-1950)

Suzanne Marchand

Volume 10, 2012

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/1013541ar>

DOI : <https://doi.org/10.7202/1013541ar>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Société québécoise d'ethnologie

ISSN

1703-7433 (imprimé)

1916-7350 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

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

Résumé de l'article

Cet article retrace les pratiques et croyances entourant les menstruations au Québec au cours de la période 1900-1950. En s'appuyant sur des témoignages recueillis auprès d'hommes et de femmes qui ont vécu au Québec au cours de la période étudiée, l'auteur traite du secret entourant le phénomène menstruel, des moyens dont disposaient les femmes pour ne pas laisser voir qu'elles étaient menstruées, des expressions utilisées pour faire allusion aux menstruations sans les nommer, ainsi que des craintes et interdits entourant le sang menstruel. Le recours à diverses études portant sur les menstruations dans d'autres cultures ou à d'autres époques permet en outre de démontrer que les pratiques et croyances recueillies au Québec étaient loin d'être exclusives, certaines étant même universellement partagées et s'inscrivant dans la longue durée.

# Cachez ce sang que je ne saurais voir. Les menstruations au Québec (1900-1950)

SUZANNE MARCHAND

Société québécoise d'ethnologie, Québec

Il n'y a pas si longtemps au Québec, les menstruations se vivaient dans le plus grand secret. Il ne fallait pas en parler et encore moins laisser voir la moindre trace de ce que l'on considérait alors comme une « maladie inhérente au beau sexe ». Sujet tabou s'il en est un, les menstruations ont jusqu'ici suscité peu de recherches au Québec<sup>1</sup>. De sorte qu'on sait peu de choses sur la façon dont était perçue et vécue cette manifestation physiologique féminine autrefois. J'ai donc tenté de retracer les pratiques et croyances entourant les menstruations au Québec au cours de la période 1900-1950 afin d'en savoir un peu plus. Pour ce faire, je me suis basée principalement sur les témoignages déposés aux Archives de folklore et d'ethnologie de l'Université Laval, des enquêtes effectuées auprès d'hommes et de femmes qui ont vécu au Québec au cours de la première moitié du xx<sup>e</sup> siècle, ainsi que des documents autobiographiques. Dans le but de mieux comprendre les pratiques et croyances québécoises, j'ai aussi consulté divers ouvrages portant sur les menstruations dans d'autres cultures ou d'autres époques. Voici le fruit de mes recherches.

## Un secret bien gardé

Si l'on se fie aux témoignages recueillis au Québec, bon nombre de jeunes filles qui ont vécu au cours de la période étudiée ne savaient rien des menstruations. Elles ne comprenaient donc pas ce qui leur arrivait lorsqu'elles étaient menstruées pour la première fois. La plupart des informatrices interrogées à ce sujet ont en effet affirmé qu'elles n'avaient pas été averties de l'arrivée prochaine de leurs menstruations et qu'elles n'avaient reçu aucune explication à ce sujet. Convaincues qu'elles étaient atteintes d'une maladie honteuse, plusieurs étaient très effrayées, d'autant plus qu'elles n'osaient pas

---

1. À ma connaissance, la seule étude québécoise portant sur le sujet a été réalisée au début des années 1990. Il s'agit de la recherche de Suzanne Lussier, qui a effectué une enquête auprès de douze informatrices âgées entre 41 et 81 ans provenant de diverses régions du Québec, dont les résultats ont été publiés en 1993. Suzanne Lussier, « La Tradition du secret », *Canadian Folklore Canadien*, 1993, vol. 15, n<sup>o</sup> 2, p. 13-30.

en parler à qui que ce soit<sup>2</sup>. Voici, par exemple, comment certaines d'entre elles évoquent cette expérience :

*J'avais 10 ans, c'était en 1935. J'étais allée au grenier chercher une guenille, dans la poche de guenilles pour le tissage. Lorsque la guenille était sale, je la lavais dans le quart d'eau froide, à l'entrée de l'étable et je remettais la guenille mouillée. J'avais mal au ventre, je faisais du rhumatisme. [...] Je n'étais pas au courant de ce qui m'arrivait : j'avais du sang et je ne m'étais pas fait mal. Informatrice, 67 ans, région de Granby, 1993<sup>3</sup>.*

*Quand j'ai eu mes fleurs<sup>4</sup> pour la première fois, j'ai eu peur, j'ai pleuré [...] on ne nous disait rien dans ce temps-là. Quand j'ai dit ça à ma mère, elle m'a dit : « C'est ça qui sert pour les bébés ». Informatrice, 70 ans, Trois-Pistoles, 1986<sup>5</sup>.*

Dans son autobiographie, Jeannette Bertrand raconte pour sa part ainsi comment elle a découvert l'existence des menstruations. C'était en 1938 :

Et puis un jour, j'ai treize ans, je m'en souviens comme si c'était hier, je reviens de l'école avec du sang dans ma culotte. Je le dis à Magella [la servante] qui rougit et m'envoie à maman. Maman prend une guenille sur la pile des guenilles à épousseter et me dit de mettre ça dans le fond de ma culotte. Elle m'avertit que ce sang va revenir tous les mois, que c'est la punition des femmes. [...] Je ne sais pas d'où vient ce sang ni ce qu'il représente. Je ne sais même pas comment nommer ce qui m'arrive. Je suis atteinte d'une maladie honteuse dont on parle tout bas.<sup>6</sup>

Mado de l'Isle (qui est née en 1919) ne savait pas non plus ce qu'étaient les menstruations avant de se retrouver avec une grosse tache de sang sur sa jupe, comme elle le raconte dans ses mémoires :

Je n'y comprends rien. La vue du sang m'ayant toujours impressionnée, je pense à ma chute [sur la patinoire] et je commence à m'inquiéter. « Ce sont tes règles », dit maman. Je répète après elle : « Mes règles ? » « Bien oui ! Ce sont tes menstruations », ajoute-t-elle. Je ne comprends pas plus et je lui demande ce

2. Voir à ce sujet : Suzanne Lussier, *op. cit.*, p 13-30 ; Denyse Baillargeon, *Ménagères au temps de la crise*, Montréal, Remue-Ménage, 1991, p. 100-101 ; Denyse Baillargeon, *Un Québec en mal d'enfants : la médicalisation de la maternité, 1910-1970*, Montréal, Remue-Ménage, 2004, p. 237 ; Gérard Bouchard, « La Sexualité comme pratique et rapport social chez les couples paysans du Saguenay (1860-1930) », *Revue d'histoire de l'Amérique française*, 2000, vol. 54, n° 2, p. 194.

3. Suzanne Lussier, *op. cit.*, p. 22.

4. D'après Évelyne Berriot-Salvadore, l'expression « avoir ses fleurs », utilisée dès le xvi<sup>e</sup> siècle pour évoquer les menstruations, fait fort probablement référence à l'observation de la vie végétale où, sur l'arbre, la fleur précède toujours le fruit. « Avoir ses fleurs », c'était donc devenir apte à concevoir. Évelyne Berriot-Salvadore, *Un corps, un destin : la femme dans la médecine de la Renaissance*, Paris, Honoré Champion, 1993, p. 155.

5. Suzanne Canuel, « La Grossesse et les phénomènes qui l'accompagnent dans la région de Trois-Pistoles : étude lexicale et aperçus ethnographiques », Mémoire de maîtrise en linguistique, Université Laval, 1986, p. 29.

6. Janette Bertrand, *Ma vie en trois actes*, Montréal, Libre Expression, 2004, p. 64-65.

que ces mots veulent dire. Maman est mal à l'aise. Elle se sent incapable de me donner des explications. Après quelques instants de silence, elle me dit d'aller demander à Tina [la servante]. J'apprends alors que c'est une chose qui n'arrive qu'aux femmes et qui durera une semaine chaque mois jusqu'à la fin de mes jours. Elle ajoute qu'il ne faut pas que les garçons se doutent de quelque chose.<sup>7</sup>

Les jeunes Québécoises n'étaient pas les seules à vivre leur première menstruation dans l'ignorance. Les jeunes filles vivant au Canada anglais, aux États-Unis et en France à la même époque vivaient aussi la même situation. En France, selon les auteurs de l'ouvrage intitulé *De la pucelle à la minette : les jeunes filles de l'âge classique à nos jours*, la plupart des mères n'abordaient pas le sujet avec leurs filles, de sorte que ces dernières découvraient parfois avec stupeur une réalité à laquelle elles n'étaient pas préparées, certaines faisant « en cachette n'importe quoi pour arrêter l'écoulement, au risque de se rendre malades », d'autres sombrant « dans l'anxiété et la mélancolie<sup>8</sup> ». Les menstruations étaient aussi vécues dans le secret aux États-Unis, comme le démontrent les recherches de Carroll Smith-Rosenberg. Selon cette dernière, plusieurs jeunes filles étaient terrifiées lorsqu'elles étaient menstruées pour la première fois. Certaines essayaient alors tant bien que mal d'arrêter ce qu'elles imaginaient être une hémorragie en plongeant leur corps dans l'eau glacée ou en s'enveloppant l'abdomen de linges humides, tandis que d'autres, saisies de terreur et de honte, s'enfuyaient de la maison pour n'y jamais revenir<sup>9</sup>. On dispose aussi de quelques témoignages de jeunes filles vivant au Canada anglais qui racontent qu'elles ignoraient tout des menstruations et qui évoquent leur angoisse et leur embarras lorsqu'elles ont eu à vivre cette expérience pour la première fois<sup>10</sup>.

Mises subitement au courant d'une réalité qu'elles ignoraient, les jeunes filles se voyaient alors contraintes de préserver le secret même s'il n'y avait que des femmes dans leur entourage. Pensionnaire au couvent de Saint-Nicolas au cours des années 1930, Mado de l'Isle se remémore à quel point il était impérieux de dissimuler toute trace de sang menstruel dans ce milieu pourtant exclusivement féminin :

[...] voilà qu'un matin, je me réveille avec de grandes taches sur mes draps. Quel dégât ! Afin que personne ne s'aperçoive de rien, je fais vivement mon lit

7. Mado de l'Isle, *Trouées dans les nuages*, Boucherville, Éditions de Mortagne, 1985, p. 123.

8. Yvonne Knibiehler et al., *De la pucelle à la minette : les jeunes filles de l'âge classique à nos jours*, Paris, Temps actuels, 1983, p. 107.

9. Carroll Smith-Rosenberg, « Puberty to Menopause : the Cycle of Femininity in Nineteenth-Century America », *Clios & Consciousness Raised : New Perspectives on the History of Women*, New-York, Octagon Books, 1976, p. 28.

10. Mona Gleason, « Embodied Negotiations : Children's Bodies and Historical Change in Canada, 1930 to 1960 », *Journal of Canadian Studies*, 1999, vol. 34, n° 1, p. 112-139 ; Veronica Strong-Boag, *The New Day Recalled : Lives of Girls and Women in English Canada, 1919-1939*, Toronto, Copp Clark Pitman, 1988, p. 15, 87.

et m'organise du mieux que je peux en dessous de ma robe de nuit. La journée me paraît interminable. Je suis trop gênée pour demander les clés du dortoir. Je me sens toute humide par moments. Je me tiens debout le plus possible. Après le souper, durant la récréation, je me tiens à l'écart des autres car je m'aperçois que je ne sens pas bon. Enfin !... L'heure du coucher arrive. Je me glisse dans mon lit en soulevant à peine mes couvertures. J'attends que tout le dortoir soit bien endormi pour me relever, me laver et changer mes draps. Mère Sainte-Zénie perçoit le bruit de mes va-et-vient. De la porte de sa cellule, elle me relance et me sermonne vertement. [...] Elle me prend par le bras et me dit : « Vous êtes grande fille, maintenant ?... » Je ne comprends pas le sens de ses paroles mais je continue à l'écouter. « Vous n'étiez pas autorisée à changer vos draps dans le milieu de la semaine comme vous l'avez fait. Ce serait beau si toutes les élèves décidaient de faire comme vous !... Dorénavant, veillez à prévenir les dégâts et que je n'aie plus à vous répéter ces choses, vous m'entendez ! »<sup>11</sup>

Quant aux malaises susceptibles d'accompagner les menstruations, il n'était évidemment pas question de laisser paraître quoi que ce soit. On incitait plutôt les jeunes filles à faire preuve de maîtrise de soi et à rester souriantes pour que personne ne s'aperçoive de leur état<sup>12</sup>.

### **Des guenilles aux serviettes jetables**

Au début du xx<sup>e</sup> siècle, la plupart des femmes au Québec avaient recours à des guenilles ou bandes de tissu confectionnées à partir de morceaux de toile ou de coton usagé lorsqu'elles étaient menstruées. Elles déposaient ces guenilles ou bandes de tissu dans leur culotte et les fixaient à l'aide d'épingles de sûreté ou les attachaient à une ceinture élastique conçue expressément pour cet emploi afin de ne pas salir leurs vêtements<sup>13</sup>. Et pour ne pas qu'on sache qu'elles étaient menstruées, elles prenaient grand soin d'entretenir ces bandes de tissu en cachette des autres membres de la famille, comme le laissent voir les témoignages suivants :

*On séchait les bandes cachées dans d'autres vêtements, par exemple, à l'intérieur des draps. Le plus souvent, étendues dans le carrelage de la clôture de broches et recouvertes par un drap.*

Informatrice, 67 ans, région de Shawinigan, 1993<sup>14</sup>.

*Chacune de nous lavait ses guenilles en cachette. Quand je pouvais, je les lavais à mesure, mais autrement, je les enveloppais dans des journaux. Quand j'avais une chance, je les lavais dans ma chambre. J'avais mis deux clous en arrière*

11. Mado de l'Isle, op. cit., p. 125-126.

12. Gaston Desjardins, *L'Amour en patience : la sexualité adolescente au Québec, 1940-1960*, Sainte-Foy, Presses de l'Université du Québec, 1995, p. 107.

13. Toutes les informatrices que Suzanne Lussier a rencontrées (sauf une) ont porté ce genre de bandes de tissu pendant les premières années de leur puberté. C'est aussi ce qui ressort des autobiographies de Janette Bertrand (p. 65) et Mado de l'Isle (p. 123).

14. Suzanne Lussier, op. cit., p. 25.

*de mon bureau dans ma chambre, je les faisais sécher là. Je n'ai jamais vu ma mère laver les siennes, je ne sais même pas où elle les étendait.*  
Informatrice, 72 ans, comté de Joliette, 1993<sup>15</sup>.

Janette Bertrand écrit aussi à ce sujet :

Chaque jour je dois changer ma guenille et la laver en grand secret et surtout ne pas la faire sécher sur la corde à linge au vu et au su de mes frères. Guenille qui sèche au vent égale règles, ouache ! Il ne faut pas que mes frères sachent que je suis grande fille, ça pourrait les écœurer.<sup>16</sup>

Il faut dire que, jusqu'au milieu des années 1920, il n'y avait pas vraiment d'alternative aux guenilles ou bandes de tissu, les serviettes jetables ne faisant pas encore partie de l'univers québécois. La serviette jetable existait pourtant depuis un certain temps déjà, puisqu'elle aurait été fabriquée dès 1896 par la compagnie américaine Johnson et Johnson. Mais à cause du secret entourant les menstruations, elle ne fut pas publicisée et dut finalement être retirée du marché. Il faudra attendre 1921 pour qu'une autre compagnie américaine, Kimberly-Clark, lance sur le marché la serviette jetable appelée « Kotex » qui, à cause de son succès, deviendra un nom générique pour ce genre de produit. Au Québec, la première publicité francophone de « Kotex » publiée dans *La Revue moderne*, date de février 1924, mais, parce qu'elles étaient considérées comme un luxe, les serviettes jetables n'auraient été adoptées par la majorité des Québécoises qu'au cours de la seconde moitié des années 1930. Quant aux tampons hygiéniques, commercialisés aux États-Unis par la compagnie « Tampax » à partir de 1933 et disponibles au Québec à partir des années 1940, ils semblent avoir été peu utilisés avant les années 1960, certaines croyances (contraception, masturbation, et défloration) ayant contribué à freiner leur adoption, tant au Québec qu'aux États-Unis<sup>17</sup>.

Ce serait donc surtout à partir des années 1930 que les Québécoises auraient commencé à utiliser les serviettes jetables et à délaisser les guenilles ou bandes de tissu. Mais ce n'était pas sans une certaine gêne qu'elles se rendaient au magasin afin de s'approvisionner, puisque le secret persistait là encore, comme le rappelle Suzanne Lussier :

Dans certaines petites villes et jusque dans les années 1950, les boîtes de serviettes étaient préemballées dans du papier épais, attaché avec une corde afin qu'elles ne puissent être identifiées par les enfants ou les jeunes garçons. Aller acheter une boîte de serviettes sanitaires était toute une aventure, car les boîtes étaient « toujours sur la dernière tablette du haut et il fallait les demander au commis » [...]. En général, on demandait : « Une boîte de pâtes alimentaires, une boîte de

15. *Ibid.*, p. 25-26.

16. Janette Bertrand, *op. cit.*, p. 65.

17. Janice Delaney *et al.*, *The Curse : A Cultural History of Menstruation*, Urbana et Chicago, University of Illinois Press, 1988, p. 139 ; Suzanne Lussier, *op. cit.*, p. 20.

sandwiches ou des cravates » en espérant que le commis comprenne.<sup>18</sup>

### Les expressions utilisées pour faire allusion aux menstruations

Afin de maintenir le secret, diverses expressions étaient utilisées au Québec pour faire allusion aux menstruations sans les nommer. Certaines de ces expressions faisaient référence à la couleur rouge : « Voir rouge », « Voir en rouge », « J'ai le cardinal », « Le cardinal est arrivé », « Avoir la visite de monseigneur », « Les Anglais sont au port », « Les Anglais sont arrivés », « L'armée rouge est en ville » « Être dans ses prunes », « Être peinturée ». D'autres évoquaient plutôt la régularité du phénomène : « Avoir ses règles », « Avoir son mois », « Avoir sa semaine ». Enfin, certaines se rapportaient à l'inconfort et aux malaises associés aux menstruations : « J'ai mes mauvais jours », « Être malade », « Être indisposée », « Avoir ses maladies »<sup>19</sup>.

Même les publicités de produits pharmaceutiques diffusées au Québec à cette époque recouraient à des formulations vagues telles que les « douleurs périodiques » ou les « époques » pour inciter les femmes à consommer sans rompre le silence entourant le phénomène menstruel<sup>20</sup>.

En France, diverses expressions étaient aussi utilisées pour évoquer la menstruation sans la nommer, comme « avoir ses sangs », « marquer », « voir », « être dans son traînage », « avoir le cul en meurette », « avoir ses époques », « avoir ses ordinaires » et « avoir ses fleurs rouges des mois »<sup>21</sup>. Une recherche réalisée à partir des Archives de folklore de l'Université de Berkeley (Californie) a, par ailleurs, permis de répertorier pas moins de 128 expressions utilisées aux États-Unis dans le but de maintenir le secret entourant les menstruations, telles que : « *period* », « *monthlies* », « *that time of the month* », « *those days* » et autres<sup>22</sup>.

### Le sang menstruel : un sang impur et dangereux

Le sang menstruel suscitait de nombreuses craintes au Québec au cours de la période étudiée, ce qui explique sans doute pourquoi il était entouré d'une telle aura de mystère. On se méfiait, par exemple, des pouvoirs redoutables de ce sang impur dont il ne fallait surtout pas entraver l'écoulement. D'après les médecins, il fallait éviter à tout prix que le sang menstruel ne puisse pas

18. *Ibid.*, p. 27-28.

19. Ces expressions proviennent des Archives de folklore et d'ethnologie de l'Université Laval [désormais AFEUL] (coll. Isabelle Couillard, ms n° 31 ; coll. Yvan Chouinard, ms n° 83 ; ms n° 158, ms n° 317 ; coll. Florianne Leblanc, ms n° 274), ainsi que de la recherche de Suzanne Lussier, op. cit., p. 27.

20. Denis Goulet, *Le Commerce des maladies : la publicité des remèdes au début du siècle*, Québec, IQRC, 1987, p. 69.

21. Jacques Gélis, *L'Arbre et le fruit : la naissance dans l'Occident moderne (xv<sup>e</sup>-xix<sup>e</sup> siècle)*, Paris, Fayard, 1984, p. 31-32 ; Yvonne Verdier, *Façons de dire, façons de taire : la laveuse, la couturière, la cuisinière*, Paris, Gallimard, 1979, p. 61.

22. Virginia L. Ernster, « American Menstrual Expressions », *Sex Roles*, 1975, vol. 1, n° 1, p. 3-13.

s'écouler du corps féminin, car ce sang était chargé d'impuretés et toute rétention pouvait mettre en danger la santé et même la vie des femmes. Analysant le discours médical diffusé au Québec à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, Hélène Naubert écrit à ce sujet :

Les médecins du XIX<sup>e</sup> siècle ont la conviction que l'arrêt du flux menstruel et même sa diminution possèdent un potentiel toxique. Autrement dit, le flux cataménial est perçu comme un écoulement de matières infectes ; de là les dangers de sa rétention et la vigilance du médecin devant un engorgement de la matrice<sup>23</sup>

On croyait en effet que l'auto-intoxication menstruelle pouvait engendrer divers troubles vasomoteurs et nerveux, parmi lesquels figuraient les palpitations cardiaques, bouffées de chaleur, congestions viscérales diverses, nausées, vomissements, courbatures, troubles psychiques variés pouvant aller jusqu'à la démence<sup>24</sup>. Convaincus de la toxicité du sang menstruel et croyant que son accumulation pouvait susciter de graves problèmes, les médecins n'étaient donc guère rassurants lorsqu'une telle situation se présentait, comme se le remémore une des informatrices rencontrées par Suzanne Lussier :

*J'avais hâte que ça arrive [la première menstruation] parce que le médecin avait dit que je mourrais si ça n'arrivait pas.*<sup>25</sup>

C'est d'ailleurs parce qu'on croyait que l'eau et le froid étaient susceptibles d'entraver l'écoulement du flux menstruel qu'on prenait grand soin de ne pas prendre froid et surtout de ne pas se mettre les mains ou le corps dans l'eau pendant cette période :

*Ne pas prendre son bain. Ne pas se mettre les mains dans l'eau chaude et le moins possible dans l'eau froide. Ne pas avoir froid aux pieds ou on va avoir mal « au corps » ou « dans le corps ».*

Informatrice, 45 ans, Parent (Champlain), 1965<sup>26</sup>.

Et si, par malheur, une telle catastrophe survenait, on n'hésitait pas à recourir à diverses pratiques censées rétablir la fonction menstruelle. Des pratiques où la chaleur, élément opposé au froid, était très présente, comme le laissent entrevoir les témoignages suivants :

*Faire réchauffer de l'avoine dans une assiette au fourneau. Remplir un sac de coton de cette avoine, se l'appliquer sur le ventre et le garder autant que l'on peut.*  
Informatrice, 56 ans, East-Broughton (Mégantic), 1980<sup>27</sup>.

23. Hélène Naubert, « Maternité et pathologie : étude du discours médical sur la grossesse et l'accouchement au Québec (1870-1900) », Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Trois-Rivières, 1990, p. 63.

24. J. H. Keiffer, « La Menstruation dans ses rapports avec la pathologie générale », *L'Union médicale du Canada*, 1897, vol. 26, n° 10, p. 492.

25. Suzanne Lussier, *op. cit.*, p. 23.

26. AFEUL, coll. Isabelle Couillard, ms n° 31.

27. Johanne Angers, « La Survivance des remèdes populaires », Travail réalisé dans le cadre du cours « Enquête » et « Mémoire », 1980, p. 43, AFEUL.



*Un essuie-vaisselle ayant déjà servi en lin que l'on a fait chauffer sur le poêle que l'on se met sur le ventre.*

Informatrice, 52 ans, Beaumont (Bellechasse), 1971<sup>28</sup>.

La croyance voulant que le sang menstruel non évacué du corps féminin puisse provoquer un empoisonnement ou une « suffocation utérine » a été retracée dans divers pays, tout comme la proscription de tout contact avec l'eau ou le froid pendant les menstruations. Ces croyances seraient très anciennes, puisqu'elles proviendraient de la théorie des humeurs, élaborée par Hippocrate, un médecin qui a vécu au IV<sup>e</sup> siècle avant Jésus-Christ. Chaque mois, selon cette théorie, le corps féminin produisait un excès de sang pour nourrir le fœtus (en cas de grossesse) ou pour allaiter un nourrisson (après l'accouchement). Si une femme n'était pas enceinte ou n'allaitait pas, l'excès de sang accumulé devait donc obligatoirement être éliminé, d'où l'importance de la menstruation. Le sang étant considéré comme une humeur chaude et sèche, tout ce qui était froid et humide était donc perçu comme potentiellement dangereux puisque susceptible d'entraver son évacuation. Ce n'est d'ailleurs pas un hasard si, dans la médecine populaire, l'eau et le froid étaient souvent utilisés pour mettre fin à une hémorragie, tandis qu'on recourait à la chaleur pour rétablir le flux sanguin ou liquéfier le sang coagulé<sup>29</sup>. Il faut dire aussi que, jusqu'à ce qu'on établisse un lien entre les ovaires et la menstruation à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, on connaissait peu de choses sur la nature exacte et l'importance du phénomène menstruel. On a longtemps cru, par exemple, que l'ovulation et la menstruation se produisaient au même moment et pour la même raison, soit une augmentation de la quantité de sang dans l'organisme due à une impulsion nerveuse. On a aussi longtemps pensé que la menstruation mettait la vie des femmes en danger, d'où l'importance de respecter certaines règles pour ne pas interrompre l'écoulement menstruel<sup>30</sup>.

Au Québec, le sang menstruel était considéré dangereux non seulement pour la femme elle-même, mais aussi pour son entourage, car il était, croyait-on, doté de propriétés très puissantes et souvent maléfiques. D'après une informatrice, le sang menstruel pouvait, par exemple, servir à la fabrication de philtres d'amour :

28. AFEUL, coll. Gaétane Lamontagne, ms n° 8.

29. Voir à ce sujet : Carroll Smith-Rosenberg, *op. cit.*, p. 29 ; Patricia Crawford, « Attitudes to Menstruation in Seventeenth-Century England », *Past and Present*, 1981, vol. 91, p. 50-54 ; Louise Lander, *Images of Bleeding: Menstruation as Ideology*, New-York, Orlando Press, 1988, p. 28-29 ; Francine Saillant et Françoise Loux, « Saigner comme un bœuf : le sang dans les recettes de médecine populaire québécoises et françaises. Une analyse comparative », *Culture*, 1991, vol. xi, n° 1-2, p. 151-163 ; Margarita Kay et Marianne Yoder, « Hot and Cold in Women's Ethnotherapeutics : the American-Mexican West », *Social Science and Medicine*, 1987, vol. 25, n° 4, p. 347-355 ; Agnès Fine, « Savoirs sur le corps et procédés abortifs au XIX<sup>e</sup> siècle », *Communications*, 1986, vol. 44, p. 107-136.

30. Wendy Mitchinson, *The Nature of Their Bodies : Women and Their Doctors in Victorian Canada*, Toronto, University of Toronto Press, 1991, p. 90-93.

*Pour qu'un garçon tombe amoureux de nous, on met dans un café (qui lui est destiné), quelques gouttes du sang de nos menstruations.*

Informatrice, 60 ans, Québec (Québec), 1972<sup>31</sup>.

Cette pratique était aussi couramment utilisée par les jeunes filles en mal d'amour en France, en Angleterre, en Belgique et aux États-Unis<sup>32</sup>. Et elle serait très ancienne puisque l'historien français Georges Duby a retracé un texte rédigé entre 1107 et 1112 faisant allusion aux procédés surnois utilisés par certaines femmes pour « changer de haine en amour » parmi lesquels figurait « le sang menstruel versé dans la coupe du mari »<sup>33</sup>. Selon Margaret Baker qui s'est penchée sur les coutumes entourant le mariage en Europe et en Amérique, différentes « productions » du corps humain (comme le sang, la sueur ou la salive) pouvaient aussi être utilisées dans ce but<sup>34</sup>.

D'après les témoignages recueillis au Québec, il était par ailleurs très dangereux d'avoir des relations sexuelles avec une femme menstruée, puisqu'un enfant conçu dans ces circonstances risquait fort d'être atteint d'une malformation. Aussi s'abstenait-on habituellement de tout contact sexuel durant cette période<sup>35</sup>.

Dans un grand nombre de sociétés, on croyait aussi qu'il était très dangereux d'avoir des relations sexuelles avec une femme menstruée et ce, tant pour son partenaire que pour l'enfant conçu dans ces circonstances. On croyait en effet que son partenaire risquait de devenir chauve ou impuissant, tandis que l'enfant conçu pendant ce temps risquait de naître avec une anomalie (privé de membre, aveugle, boiteux, lépreux, *etc.*) ou encore avec les cheveux roux, une coloration capillaire perçue comme la marque des personnes agressives, violentes, sanguinaires et dotées d'un fort tempérament sexuel. Un peu comme si le fait que l'enfant ait été conçu durant les règles de sa mère, c'est-à-dire au moment où cette dernière était physiquement déséquilibrée, faisait de lui un être excessif<sup>36</sup>.

Mais il semble que ce soit surtout le pouvoir néfaste de la femme

31. AFEUL, coll. Louise A. Cantin, ms n° 6.

32. Arnold van Gennep, *Manuel de folklore français contemporain. Tome I : Introduction générale et première partie du berceau à la tombe*, Paris, Éd. A. et J. Picard, 1977, p. 240 ; Yvonne Knibiehler et al., *op. cit.*, p. 145-146 ; Jos. Lesuisse, « Moyen de se faire aimer », *Wallonia : recueil mensuel de folklore*, 1896, vol. 4, p. 97 ; Patricia Crawford, *op. cit.*, p. 59-60.

33. Georges Duby, *Le Chevalier, la femme et le prêtre : le mariage dans la France féodale*, Paris, Hachette, 1981, p. 78-79.

34. Margaret Baker, *Wedding Customs and Folklore*, Totowa (N.J.), Rowman and Littlefield, 1977, p. 12.

35. Gérard Bouchard, *op. cit.*, p. 197.

36. Jean-Louis Flandrin, *Le Sexe et l'Occident : évolution des attitudes et des comportements*, Paris, Seuil, 1981, p. 162-163 ; Éloïse Mozzani, *Le Livre des superstitions : mythes, croyances et légendes*, Paris, Robert Laffont, 1995, p. 1513 ; Jacques Gélis, *op. cit.*, p. 37 ; Pierre Darmon, *Le Mythe de la procréation à l'âge baroque*, Paris, Seuil, 1981, p. 126-127 ; Xavier Fauche, *Roux et rousses : un éclat très particulier*, Paris, Gallimard, 1997 ; Yvonne Verdier, *op. cit.*, p. 45-47.

menstruée sur les aliments qui ait frappé l'imaginaire québécois. Plusieurs informateurs et informatrices ont en effet fait allusion au fait qu'une femme menstruée pouvait, par sa seule présence, faire avorter toute tentative de transformation ou de conservation alimentaire :

*On fait tourner le lait. On empêche le fudge ou le sucre à la crème de « prendre ». On empêche les gâteaux de « lever » si on passe devant le four. On fait sùrir les « conserves » de confitures. On manque les recettes qu'on essaie ces jours-là.*  
Informatrice, 45 ans, Parent (Champlain), 1965<sup>37</sup>.

*Quand une femme est enceinte ou menstruée, la saumure tourne si elle prend le lard avec ses mains dans le baril ; le pain qu'elle boulangé ne lève pas ; la crème fouettée ne monte pas ; la sauce tourne.*

Informatrice, 52 ans, Saint-Arsène (Rivière-du-Loup), 1967<sup>38</sup>.

Comme le laisse entendre le témoignage précédent, les femmes menstruées n'étaient pas les seules à exercer un pouvoir nuisible sur les aliments. Les femmes enceintes, probablement parce qu'on croyait que le sang menstruel s'accumulait dans leur corps, partageaient le même sort. C'est du moins ce qui ressort des témoignages suivants :

*Quand on est enceinte, on est presque assurée de manquer ses gâteaux et ses sauces. [...] lorsque je me croyais enceinte, je faisais un gâteau. Si je le manquais, mon état était confirmé.*

Informatrice, 58 ans, Montréal, 1978<sup>39</sup>.

*Au cours de la maternité, la femme ratait les sauces, surtout la sauce blanche qui ne tournait pas. Le sucre à la crème ne devenait jamais dur, son beurre ainsi que son savon ne voulaient pas prendre.*

Informatrice, 70 ans, Saint-Gilles (Lotbinière), 1978<sup>40</sup>.

Il faut dire que la nourriture était autrefois un bien rare et durement acquis, puisque les activités liées à l'alimentation exigeaient beaucoup de temps et d'efforts. C'est pourquoi, dans un grand nombre de sociétés à travers le monde, les femmes menstruées, considérées maléfiques, étaient tenues à l'écart des activités liées à l'alimentation, telles que la chasse, l'agriculture, la préparation et la conservation des aliments<sup>41</sup>.

En fait, un peu partout sur la terre, les menstruations ont suscité (et suscitent encore) de nombreuses croyances et de nombreux interdits, sans qu'on sache vraiment pourquoi. Selon certains chercheurs, ce serait la rareté des menstruations qui aurait joué un rôle déterminant dans la prolifération

37. AFEUL, coll. Isabelle Couillard, ms n° 31.

38. AFEUL, coll. Ida Deschamps, ms n° 226.

39. Diane Collin, « Enquête sur les traditions relatives au phénomène de la grossesse », Travail réalisé dans le cadre d'un cours de 1<sup>er</sup> cycle, 1978, p. 5, AFEUL.

40. Catherine Lambert, « L'Attente d'un enfant et sa naissance », Travail réalisé dans le cadre du cours « Introduction aux coutumes », 1978, p. 6, AFEUL.

41. Janice Delaney *et al.*, *op. cit.*, p. 10.

des croyances entourant ce phénomène. Il se peut, en effet, que ce que nous considérons aujourd'hui comme une manifestation fréquente et régulière ait été rare dans le passé alors que les femmes vivaient des grossesses à répétition et allaitaient leur enfant le plus longtemps possible<sup>42</sup>. D'autres chercheurs croient plutôt que les croyances entourant ce phénomène proviendraient du fait que les règles engendrent chez les femmes un état de déséquilibre interne, laissant libre cours à leur désir et à leur sensualité et faisant d'elles des êtres particulièrement dangereux. À la suite d'une enquête dans un petit village de France, Yvonne Verdier écrit, par exemple, à ce sujet :

[...] ce n'est pas un hasard s'il nous est apparu que les femmes qui font facilement tourner les saloirs ou les mayonnaises sont aussi particulièrement marquées sur le plan sexuel : qu'elles soient bien connues comme femmes légères, qu'elles soient spécialement fécondes ou que l'on sente simplement que le couple s'entend bien sur ce plan. Tout se passe comme si faire tourner un saloir donnait la mesure de l'ardeur amoureuse. Les règles jouent le rôle d'affichage de la sexualité. La forte odeur qui est associée au sang menstruel et qui passe dans le souffle devient ainsi manifestation de la force du désir de la femme et, en retour, attise le désir de l'homme [...]. Force de séduction tout autant que force d'infection, telle apparaît la double propriété des règles.<sup>43</sup>

### Qu'en est-il aujourd'hui ?

La plupart de ces croyances n'ont plus cours aujourd'hui au Québec. Mais même si nous osons parler plus ouvertement de menstruation, il n'en demeure pas moins que cette manifestation physiologique propre aux femmes est encore perçue comme un phénomène honteux, une source d'ennuis, d'odeurs gênantes et de malpropreté dont il importe de dissimuler toute trace. Ce n'est d'ailleurs pas sans raisons si les publicités de tampons hygiéniques et de serviettes sanitaires insistent autant sur leur capacité d'absorption et leur invisibilité. Très fréquentes depuis que les femmes sont en mesure de contrôler leur fécondité, les menstruations seraient même, d'après certains médecins, devenues inutiles et dangereuses pour leur santé puisqu'elles contribueraient à accroître les risques d'anémie, d'endométriose, de cancer de l'utérus et des ovaires. Il est d'ailleurs de plus en plus question de les supprimer partiellement ou totalement grâce à une nouvelle génération de contraceptifs oraux ou de dispositifs intra-utérins. Mais cette nouvelle proposition est loin de faire l'unanimité. Si certaines femmes y voient une libération, d'autres s'inquiètent des conséquences à long terme d'une telle intervention et se demandent s'il ne vaudrait pas mieux se remettre à l'écoute des cycles naturels du corps

42. Thomas Buckley et Alma Gottlieb, « A critical Appraisal of Theories of Menstrual Symbolism », *Blood Magic : the Anthropology of Menstruation*, Berkeley, University of California Press, 1988, p. 44-45.

43. Yvonne Verdier, *op. cit.*, p. 45-46.

féminin<sup>44</sup>. Le fait que, dans notre société, les menstruations soient souvent sources de douleurs, alors que, dans d'autres sociétés, les femmes n'éprouvent pas ce genre de problèmes, soulève aussi certaines questions<sup>45</sup>. Se pourrait-il que notre façon plutôt négative d'envisager le phénomène des menstruations y soit pour quelque chose ?

---

44. Danielle Stanton, « La Fin des menstruations », *La Gazette des femmes*, janvier-février 2002, p. 15-33 ; Louise Leduc, « Finies les menstruations », *La Presse*, 19 octobre 2005, p. A12 ; Monika Dunn, « Sans danger ? Supprimer les menstruations : une idée contestable », *La Presse*, 27 octobre 2005, p. A27.

45. Maria De Koninck *et al.*, *Essai sur la santé des femmes*, Québec, Conseil du statut de la femme, 1983, p. 234-235.