

MIEUX COMPRENDRE ET MIEUX ACCOMPAGNER LA TRANSITION MÉNOPAUSIQUE : L'INSTITUT DANONE FRANCE ENGAGÉ POUR LA SANTÉ DES FEMMES



Si les femmes bénéficient d'un accompagnement structuré lorsqu'elles sont en âge de procréer, la période de la transition ménopausique reste encore trop souvent marquée par une errance (para)médicale. Les bouleversements hormonaux qui surviennent à cette étape ont pourtant des répercussions durables sur leur santé, et nécessitent un soutien adapté.



©Freepik

Malgré les avancées médicales et sociétales, cette phase clé de la vie des femmes demeure insuffisamment prise en compte dans les recommandations officielles, souvent trop générales pour répondre à leurs besoins spécifiques. La transition ménopausique constitue un enjeu de santé publique encore sous-estimé.

Depuis 2023, l'Institut Danone France a fait de la santé des femmes un axe stratégique de réflexion et d'action. Il porte une attention particulière à la période de 45 à 65 ans, moment clé de la vie des femmes, marquée par de profondes transformations hormonales, physiologiques, métaboliques et psychologiques. Une phase charnière, propice à des actions de prévention ciblées, où la nutrition peut jouer un rôle déterminant pour accompagner un vieillissement en bonne santé.

À travers une approche pluridisciplinaire, l'Institut Danone France :

- A interrogé les besoins réels des femmes pendant la (péri)ménopause,
- A exploré les programmes de formation des professionnels de santé, spécifiques à cette période de la vie des femmes,
- A analysé l'adéquation des apports nutritionnels aux recommandations existantes. Une évolution des apports nutritionnels, selon le stade ménopausique, est observée dans une enquête transversale annexe de l'étude Nutrimétrie². Ces résultats révèlent des inadéquations aux recommandations et, renforcent le besoin de mieux connaître le statut nutritionnel des femmes pour comprendre son impact sur leur santé future.

L'INSTITUT DANONE FRANCE : 30 ANS D'ENGAGEMENT AU SERVICE DE LA SANTÉ PAR L'ALIMENTATION

Depuis sa création en 1991, l'Institut Danone France explore le lien entre alimentation et santé, en soutenant la recherche, partageant les savoirs et agissant sur le terrain. Après avoir consacré trois décennies aux enjeux liés à l'enfance – des 1000 premiers jours à l'adolescence – l'Institut a élargi son champ d'action en 2021 pour identifier des sujets d'avenir, anticiper les enjeux sociétaux et promouvoir des modes de vie favorables à la santé tout au long de la vie. En 2025, il poursuit avec une ambition renouvelée : contribuer, par le prisme de la nutrition, à un vieillissement en bonne santé.

www.institutdanone.org



Chaque année,
500 000 Françaises
"entrent
en ménopause"¹



14 millions de Françaises
sont ménopausées,
dont la moitié
sont encore actives¹



En 2050,
1 femme sur 2
sera ménopausée,
soit un quart de la
population française¹

1 : Santé des femmes au travail : des maux invisibles – Le rapport – Sénat.

2 : une étude roll-on qui vise à dresser un panorama complet des pratiques alimentaires et habitudes de consommation en France. Période de recrutement pour l'enquête santé des femmes : avril – décembre 2024, échantillon de 1299 femmes entre 18 et 79 ans (publication en cours).



INSTITUT
DANONE
France