

# Analyse 2023

Aux seins de la féminité

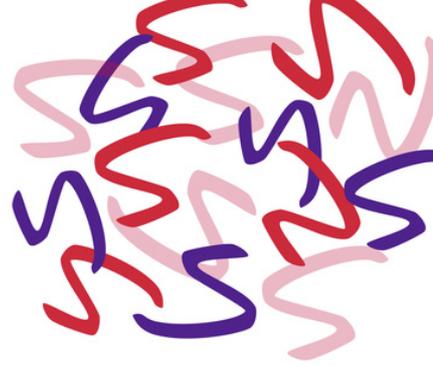


**SORALIA**

Mouvement féministe et solidaire

 **Solidaris**  
réseau

  
FÉDÉRATION  
WALLONIE-BRUXELLES



**D'ORTENZIO Anissa**  
**Chargée d'études Soralia**  
anissa.dortenzio@solidaris.be

Photo Shutterstock

Toutes nos publications sont téléchargeables dans leur intégralité sur notre site :  
[www.soralia.be/publications](http://www.soralia.be/publications)

Sous licence Creative Commons



Éditrice responsable : Noémie Van Erps, Place St-Jean, 1-2, 1000 Bruxelles. Tel : 02/515.04.01

**Siège social : place Saint-Jean, 1-2 - 1000 Bruxelles**  
**Numéro d'entreprise** : 0418 827 588 • **RPM** : Bruxelles • **IBAN** : BE11 8777 9810 0148 •  
**Tél** : 02 515 04 01 • [soralia@solidaris.be](mailto:soralia@solidaris.be)

## RÉSUMÉ

De tout temps, la poitrine féminine a rempli plusieurs fonctions et a été porteuse de symboliques puissantes au sein de la société et à différentes époques. Les seins en disent long sur notre société occidentale et sa perception de la féminité, encore aujourd'hui. Que nous disent nos seins, tantôt condamnés à être cachés, tantôt extirpés à la vue de tou·te·s et finalement, que veulent les femmes ? Que nous apprend cette partie du corps, aimée ou détestée, par celles qui les portent, par celles et ceux qui les voient ? Quelles marges de manœuvre avons-nous pour définir nos corps nous-mêmes ?

Afin d'apporter plusieurs éléments de réponse, il est important de comprendre comment la féminité s'exprime très concrètement au cours de la vie des femmes à travers leur poitrine. C'est pourquoi nous avons réalisé un appel à témoignages sur les réseaux sociaux en décembre 2022. Nos recherches sont complétées par ces témoignages car le sujet est plus complexe qu'il n'y paraît : entre les attentes de la société et les attentes individuelles, le rapport au corps de chacune et particulièrement avec les seins, la construction de l'identité et les projets de vie, ... N'attendons plus et détricotons ensemble les enjeux multiples autour des seins dès l'adolescence, à l'âge adulte et lorsque la vieillesse pointe le bout de son nez.

*Nous voulons remercier chaleureusement les personnes qui ont accepté de témoigner. Merci à vous.*

*Les témoignages complets ont été compilés et sont accessibles sur le webzine <https://femmesplurielles.be> et dans le numéro de mars 2023 du Femmes Plurielles magazine (disponible en version papier et web sur : <https://www.soralia.be/accueil/publications/blogmag-fp/>). Tous les prénoms ont été changés afin de garantir l'anonymat.*

## TABLE DES MATIERES

Résumé .....	1
Introduction .....	3
L'adolescence : amour-violences, gloire sexualité et beauté normes.....	3
L'hypersexualisation .....	4
Filles et garçons : entre « intimité publique » et « intimité privée » .....	5
Être adulte : l'âge des décisions, pas des injonctions !.....	6
La vieillesse : pourquoi si négative ? .....	7
Vision bio-médicale et corps des femmes.....	9
LA-LES Féminités.....	9
L'invariable variabilité des seins .....	10
Conclusion : lâchez-nous les seins !.....	11
Bibliographie .....	12
Annexes .....	13
L'appel à témoignages.....	13
En savoir + .....	13

## INTRODUCTION

Engouement médiatique et sociétal grandissant autour du clitoris associé au plaisir féminin<sup>1</sup>, ode à la diversité des vulves sur les réseaux sociaux ou dans certaines initiatives artistiques, information et sensibilisation autour des maladies liées à l'utérus (associations et clinique de l'endométriose), travail sur les tabous autour des menstruations<sup>2</sup> et lutte contre la précarité menstruelle<sup>3</sup>, autant d'actions féministes de plus en plus mises en place dans la société belge... Et, c'est tant mieux ! Mais où sont les seins dans tout cela ?

Depuis des siècles, la poitrine féminine se décline sous toutes ses formes artistiques : peintures de femmes aux seins découverts, sculptures aux tétons apparents... De tout temps, la poitrine féminine a rempli plusieurs fonctions et a été porteuse de symboliques puissantes au sein de la société et à différentes époques. Les seins en disent long sur notre société occidentale et sa perception de la féminité, encore aujourd'hui. Que nous disent nos seins, tantôt condamnés à être cachés, tantôt extirpés à la vue de tou-te-s et finalement, que veulent les femmes ? Que nous apprend cette partie du corps, aimée ou détestée, par celles qui les portent, par celles et ceux qui les voient ? Quelles marges de manœuvre avons-nous pour définir nos corps nous-mêmes ?

Afin d'apporter plusieurs éléments de réponse, il est important de comprendre comment la féminité s'exprime très concrètement au cours de la vie des femmes à travers leur poitrine. C'est pourquoi nous avons réalisé un appel à témoignages sur les réseaux sociaux en décembre 2022<sup>4</sup>, repartagé plus de 70 fois par des associations et des personnes intéressées. Nos recherches sont complétées par ces témoignages<sup>5</sup>, car le sujet est plus complexe qu'il n'y paraît : entre les attentes de la société et les attentes individuelles, le rapport au corps de chacune et particulièrement avec les seins, la construction de l'identité et les projets de vie... N'attendons plus et détricotons ensemble les enjeux multiples autour des seins dès l'adolescence, à l'âge adulte et lorsque la vieillesse pointe le bout de son nez.

## L'ADOLESCENCE : AMOUR-VIOLENCES, GLOIRE SEXUALITÉ ET BEAUTÉ NORMES

Camille Froidevaux-Metterie, autrice<sup>6</sup>, affirme que l'apparition des seins inscrit les filles dans une histoire qui est à la fois la leur propre, et celle de toutes les femmes. Pourtant, peu de femmes semblent se souvenir précisément de cette apparition, contrairement à l'achat de leur premier soutien-gorge, synonyme aussi des premières injonctions esthétiques. Les soutiens-gorge avec des coques rembourrées pour les plus jeunes imposent une seule « beauté des seins, en demi-pomme, ronds et fermes, ni trop gros, ni trop petits, remis au goût du jour dans les années 90 »<sup>7</sup>. Avant même que leur

---

<sup>1</sup> Voir la campagne 2019 sur « les dessous du plaisir féminin » de la Fédération des Centres de Planning familial des FPS (désormais Sofélia) : <https://bit.ly/3Yn6Lyp>

<sup>2</sup> Voir la campagne 2022 sur « Sang rougir ! » de la Fédération des Centres de Planning familial des FPS (désormais Sofélia) : <https://bit.ly/3Pze0PJ>

<sup>3</sup> Voir les projets de l'association bruxelloise Bruzelle : <https://www.bruzelle.be/fr/>

<sup>4</sup> Nous vous invitons vivement à lire l'ensemble des témoignages dans cette partie.

<sup>5</sup> Tous les prénoms ont été changés afin de garantir l'anonymat. Nous voulons remercier chaleureusement les personnes qui ont accepté de témoigner. Merci à vous. Les témoignages complets ont été compilés et sont accessibles sur le webzine <https://femmesplurielles.be> et dans le numéro de mars 2023 du Femmes Plurielles magazine (disponible en version papier et web sur : <https://www.soralia.be/accueil/publications/blogmag-fp/>).

<sup>6</sup> FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins. En quête d'une libération*, Ed. Points, 2022, p.15.

<sup>7</sup> GALITCH Saskia, « Le sein, reflet de l'histoire des femmes », *Femina*, article en ligne, 2020, <https://bit.ly/30v00cp>

poitrine n'apparaisse vraiment, les industries<sup>8</sup> soufflent aux jeunes filles des complexes sur leur poitrine naissante ; « déjà » imparfaites et à corriger. Dans cette même perspective, certains « tests » partagés en ligne, par l'entourage ou ailleurs tentent de départager les belles poitrines des ratées. Le « test du crayon » en est un exemple. Il faut passer un crayon sous sa poitrine ; s'il tient « tout seul », c'est que les seins pendent trop. Au contraire, si le crayon tombe, c'est un « bon signe » ... Ainsi, si les seins ne sont pas conformes aux attentes, ils peuvent devenir un sujet de préoccupations, voire un problème ou un complexe<sup>9</sup> : « suis-je normale ? » se demanderont de nombreuses jeunes filles.

Dans le même temps, la même société impose à toutes les femmes, quel que soit leur âge ou leur vécu, d'avoir constamment et invariablement les seins d'une jeune femme... Jeune femme à qui pourtant on rappelle sans cesse ses « imperfections ». Les normes de beauté n'ont aucun sens, à part celle du profit<sup>10</sup>.

Pire, ces normes nous poussent à nous comparer, à entrer en concurrence les unes avec les autres pour un regard masculin nous valorisant, sans que notre expérience commune ne crée pour autant de sororité<sup>11</sup> : « *Il y a aussi un regard des femmes qui est jugeant, au-delà de la lubricité des hommes* » (Lucie) ; « *Ma relation avec ma poitrine fut dévastatrice, car elle m'a amenée à recevoir moqueries et rejets d'amies jalouses de ses nouveaux regards des garçons* » (Hélène). Dans « Un podcast à soi » consacré à « la vie des seins », une intervenante souligne justement qu'« une femme n'est jamais une femme, que comparée parmi d'autres »<sup>12</sup>. Cette comparaison permanente dès l'adolescence peut se transformer en concurrence à l'âge adulte selon l'auteure de « Seins, en quête d'une libération »<sup>13</sup>. Ainsi, cette situation peut provoquer une souffrance personnelle, mais surtout, devrait impliquer un scandale collectif.

## L'hypersexualisation

Pour revenir aux réactions des jeunes filles face à leurs poitrines naissantes, certaines d'entre elles peuvent le vivre positivement. Elles peuvent apprécier leurs seins, fières d'être passées au rang de femmes : « *J'ai une super relation avec les seins ! Ou plutôt j'avais. Une poitrine que j'aimais, que je trouvais belle et avec laquelle j'étais très à l'aise. Sans et avec soutif, sans ou avec vêtements, qu'on voit mes tétons par transparence ou pas* » (Charlotte).

Enfin, cette transformation (pas que) physique peut aussi être vécue relativement indifféremment si l'adolescente est accompagnée avec bienveillance dans ce processus, affirme Camille Froidevaux-Metterie, après avoir discuté avec une quarantaine de femmes sur le sujet<sup>14</sup>. Encore faut-il que cet environnement serein existe, ce qui n'est pas toujours le cas. Marie témoigne : « *D'un coup, j'ai eu ma puberté et mes seins. J'étais trop fière. Aujourd'hui, j'adore mes seins ! Ça me choque pas qu'une femme mette un décolleté, je trouve ça beau. Pas forcément sexuellement parlant, mais comme un beau collier. C'est cool de porter un beau bijou, mais pas forcément n'avoir que l'attention là-dessus. Je trouve ça agaçant du coup, quand les gens matent les seins de façon obsessionnelle. Aujourd'hui je mets moins*

---

<sup>8</sup> Il existe quelques marques qui présentent enfin une multiplicité des corps durant leur campagne marketing. C'est une avancée réjouissante, mais encore trop exceptionnel. Il y a encore du travail du côté des entreprises s'adressant aux femmes...

<sup>9</sup> LENOBLE Benoit, « Le sein - Une histoire. Marilyn Yalom. Compte-rendu », *La Cliothèque*, article en ligne, 2021, <https://bit.ly/3XPPnlu>

<sup>10</sup> Voir HERLEMONT Rosine, « Mirroir magique, dis-moi... Ou la tyrannie des normes esthétiques », *Analyse FPS*, 2017, <https://bit.ly/3WuRZUa>

<sup>11</sup> FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins. op.cit.*, pp.43-45. Voir notre analyse sur le sujet : Florence VIERENDEEL « La sororité, une forme de solidarité politique entre toutes les femmes pour faire sens dans un monde patriarcal », *Analyse Soralia 2022*, URL : <https://www.soralia.be/accueil/la-sororite-une-forme-de-solidarite-politique-entre-toutes-les-femmes-pour-faire-sens-dans-un-monde-patriarcal/>

<sup>12</sup> BIENAIME Charlotte, « La vie des seins », *Un Podcast à soi*, numéro 32, Arte, 2021, <https://bit.ly/3ievNz3>

<sup>13</sup> FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins. op.cit.*, pp.43-45.

<sup>14</sup> *Ibid.*, p. 175.

*de décolletés qu'avant, je me dis que j'ai plus l'âge, mais aussi, parce que je vis à Bruxelles, c'est con, mais c'est comme ça ».*

La puberté propulse en quelques mois les filles dans le champ de la sexualité. Qu'elles le veuillent ou non, elles deviennent rapidement un sujet sexuel, mais aussi un objet sexuel. Le renflement des seins est trop souvent associé à (ou perçu comme) une forme de disponibilité sexuelle traduite bien souvent par des regards, des gestes ou des commentaires déplacés de certains hommes. Dans certains contextes socio-culturels, cela se traduit aussi par le mariage précoce (et souvent forcé) qui fait directement le lien entre cette « disponibilité sexuelle » et la maternité dès l'adolescence.

Quel que soit le pays, il est courant que des filles ressentent de la honte face à cette sexualisation précoce. Elles décident de se dissimuler sous des vêtements larges afin d'atténuer cette nouvelle condition sexuelle qui ne les représente pas ou pas encore, avec cette impression inconfortable que leur corps leur échappe. Dissimuler son corps devient un moyen de protection face à l'extérieur. Dans des situations extrêmes, de nombreuses femmes sans abri masculinisent volontairement leurs corps (vêtements larges pour masquer la poitrine, crâne rasé, etc.) dans une stratégie de survie dans la rue. Ressembler à un homme pour fuir le regard d'autres hommes est un moyen de protection face aux éventuelles violences. Il s'agit de « disparaître du champ de vision des potentiels prédateurs de la rue », car l'espace public et donc la rue, est un territoire encore majoritairement masculin et menaçant<sup>15</sup>.

De plus, les doubles standards commencent tôt : les seins doivent être assez gros pour exister et être offerts aux regards, mais quand les jeunes femmes adoptent ces diktats de beauté et de sexualité ou qu'elles « font juste avec », elles peuvent être rapidement insultées et harcelées. Lucie en témoigne : « *On idolâtre beaucoup les seins. Quand j'étais ado, j'étais mince avec un bonnet C, mais au plus je grandissais, au plus mes seins grossissaient et au plus je me sentais sale, comme un objet, vis-à-vis des gens. Je n'ose pas aller à la piscine, mettre un décolleté, mettre un pull moulant. (...) Beaucoup de personnes veulent des gros seins, mais c'est un malaise permanent pour moi, ça n'a aucun avantage (...) Ça dévalorise l'image que j'ai de moi à cause des autres, j'ai l'impression d'être prisonnière de leur regard ».*

Si certains hommes ne s'approprient pas les seins par le regard, cela peut être par le langage ou le harcèlement sexuel perpétré en groupe ou seul. Dans tous les cas, ce sont des comportements inacceptables qui s'apprennent malheureusement dès le plus jeune âge. Pape Momar Niang et Rasha Nagem<sup>16</sup> expliquent ces comportements par une norme de l'hypersexualisation chez les garçons [comme des êtres désirants et dominants] en quête de virilité<sup>17</sup>. Dans ce contexte, comment les jeunes filles peuvent-elles vivre sereinement leur puberté lorsque leur corps est immédiatement objectivé et sexualisé sans leur consentement ?

## **Filles et garçons : entre « intimité publique » et « intimité privée »**

Quand les filles doivent vivre avec la présence de leurs corps sexués (mais surtout de ce que les regards en font !), les garçons, eux, éprouvent leurs corps d'adolescents dans une intimité soigneusement préservée. Notons notamment les éjaculations nocturnes que peuvent vivre les garçons dans leurs chambres, à l'abri des regards extérieurs<sup>18</sup>. Aucun signe apparent de la puberté masculine (poils, voix, taille, etc.) n'est utilisé dans notre société pour indiquer socialement que ces derniers sont maintenant considérés comme des sujets sexuels et encore moins, comme des objets sexuels.

---

<sup>15</sup> DIERICKX Ariane, « Femmes sans abri : pourquoi elles se masculinisent », *Le Vif*, 2017, <https://bit.ly/3V45oSl>

<sup>16</sup> MOMAR NIANG Pape, NAGEM Rasha, 2018, cité dans FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins. op.cit.*, p.39.

<sup>17</sup> Une forme de virilité dite « traditionnelle » qui est tout à fait questionnable à reproduire puisqu'elle se base sur la domination des autres.

<sup>18</sup> FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins. op.cit.*, p.125.

Pouvoir vivre ses transformations corporelles dans une « intimité publique » pour les filles et dans « une intimité privée » pour les garçons a des conséquences sur la manière d'investir l'espace public. Aujourd'hui encore, les garçons peuvent déambuler librement dans la rue, contrairement aux filles. On encourage volontiers les garçons à aller dehors, à faire des expériences à l'extérieur sans grande inquiétude de la famille. Quant aux filles, on les encourage moins aux mêmes expériences, on les encadre davantage : leur corps bien trop sexualisé à leur insu, doit être protégé des éventuelles menaces : se déplacer plutôt la journée que le soir, être accompagnée (par un groupe ou par un homme) et éviter certains vêtements, rester au téléphone, prévenir du lieu où on se trouve de manière régulière... Dans ce contexte pas très serein, comment les femmes et les hommes peuvent-ils être égaux dans la sphère publique s'ils ne le sont déjà pas dans la rue ? Les espaces publics et privés ne se jouent pas seulement dans des lieux géographiques, mais aussi directement sur nos corps, comme en témoigne Séraphine : « *Je ne me sens pas tout à fait en paix avec mes seins. J'aimerais être plus affranchie et libérée. Ne pas cacher le haut de mon corps, être libérée des injonctions. J'aimerais porter des vêtements qui cachent un peu moins, je serais heureuse et libérée. On peut poser un regard sur un corps, sur une courbe sans être un prédateur* ». Le jour où les femmes pourront faire du monokini comme les hommes c'est-à-dire montrer leurs torsos sans entrave à la piscine, en faisant du sport ou quand il fait trop chaud, cela marquera une nouvelle vague féministe majeure.

## Être adulte : l'âge des décisions, pas des injonctions !

Avec le sein érotisé dès l'adolescence, le sein maternel est la deuxième fonction largement attribuée à la poitrine féminine au fil des siècles. Même si la maternité devient de plus en plus un choix conscient aujourd'hui (grâce à l'accès à la contraception et à l'avortement), la pression à être mère reste forte. Lorsqu'on devient mère, l'injonction à l'allaitement par l'entourage, les médias et certains médecins suit la même logique d'obligation ou d'épanouissement forcée. Cette pression peut amener certaines mères à se sentir coupables de leur choix : « *Je voyais les mannequins et les actrices sur Instagram en train d'allaiter pendant qu'elles étaient en train de se faire maquiller et qui montraient cette image de mères ultra-multitâches, ultra-performantes, ultra-belles et tout, et ça me révoltait, ce côté on peut tout faire, il faut absolument...Y'avait tout ce truc 'allaiter son enfant, c'est ce qu'il y a de mieux et si tu ne le fais pas, t'es un peu une merde'. Je trouvais ça dingue et hyper culpabilisant* » explique Alva (29 ans)<sup>19</sup>. Dans d'autres situations, l'allaitement, quand il est un choix personnel, peut être source d'épanouissement et parfois de « réconciliation » avec sa poitrine, comme le souligne Violaine, une femme transgenre : « *Notre fille est née au Canada. Dès notre premier rendez-vous là-bas, ils nous ont proposé un protocole pour que je puisse allaiter ma fille dès sa naissance. Ça a été un vrai bonheur, un moment extraordinaire, car je n'avais pas pu porter ma fille. Ça a un peu effacé tout ce que ma poitrine avait représenté avant. Ça a créé un lien important entre nous deux* ».

De plus, les seins des femmes enceintes ou ayant eu un enfant changent généralement de forme ou/et de taille. En effet, ils évoluent au fil d'une grossesse, après l'accouchement, pendant et après un allaitement... Séverine le remarque : « *J'ai eu deux enfants. À ma deuxième grossesse, mes seins ressemblaient à des gants de toilette vides. J'ai donc décidé à ce moment-là de faire refaire ma poitrine. J'étais ravie, j'avais la poitrine d'avant mes grossesses avec du volume. Je l'ai fait pour moi, pas pour les autres. J'avais juste perdu une certaine sensibilité de mes seins* ». Différentes expressions signalent ces changements : « perdre ses seins de jeune fille » ou « avoir des seins en gant de toilette » (comme le souligne ici Séverine) en sont deux exemples courants. Cela traduit que les seins, même durant une maternité, ne sont pas exempts de répondre aux injonctions de beauté. Les seins ne doivent pas évoluer sauf si c'est pour qu'ils grossissent. Encore une fois, les normes de beauté entourent la poitrine féminine, quelle que soit la période de vie des femmes. Ces injonctions esthétiques peu réalistes ne sont pas forcément épanouissantes pour toutes les femmes.

---

<sup>19</sup> Ibid., p. 127.

Les féministes ne le rappelleront jamais assez : « c'est mon corps, c'est mon choix ». La maternité et l'allaitement ou « plus simplement », ce qu'on fait de son corps doivent rester un choix personnel que les autres personnes doivent respecter. Cela s'appelle le droit à l'auto-détermination.

Finalement, les seins incarnent donc soit la maternité, soit la sexualité. Pourtant, cette fonction sexuelle attribuée aux seins n'en fait pas forcément une zone privilégiée lors des rapports sexuels. Paradoxal, n'est-ce pas ? La poitrine féminine aurait davantage un rôle symbolique, d'emblème de la sexualité, comme un « signal sexuel » de l'attraction et de la séduction<sup>20</sup>. En bref, la poitrine féminine est là pour éveiller le désir des hommes, mais pas pour en produire chez les femmes : « les garçons prennent les seins pour eux-mêmes s'exciter sans penser que ça pouvait être très érogène »<sup>21</sup>. Or, les seins sont définitivement plus que des instruments plaisants pour les autres. Les seins sont aussi un lieu de plaisir féminin, voire orgasmique, pour certaines. C'est une partie du corps à expérimenter au gré des envies de chacune tout au long des relations sexuelles.

Enfin, les mouvements féministes récents ont mis beaucoup en avant le clitoris comme lieu privilégié du plaisir féminin. Dans ce même élan, il faut pouvoir montrer la diversité et la complexité des sexualités féminines. Les plaisirs féminins peuvent se multiplier à différents endroits du corps simultanément, ou uniquement sur une seule partie du corps à un moment donné : orgasme par le sein, par le col de l'utérus ou des orgasmes plus cérébraux sont aussi possibles<sup>22</sup>. Les formes de sexualité sont également multiples. Pour certaines femmes, la sexualité peut donc être source d'épanouissement comme l'explique Hélène : « *C'est bête, mais le sexe me libère et est pour moi, mon meilleur moyen d'expression dans la vie, je suis moi-même tout simplement (...) Maintenant, je suis une femme épanouie, aimant ma poitrine même si elle est très sujette à la gravité (rires) Elle est juste unique* ».

## LA VIEILLESSE : POURQUOI SI NÉGATIVE ?

Les seins les plus invisibles sont ceux des femmes ménopausées et âgées. À l'heure actuelle, les femmes en Occident vivent en moyenne 1/3 de leur vie ménopausées<sup>23</sup>. Malheureusement, cette longue période de vie est souvent connotée négativement par la notion de pertes : perte de fécondité, perte du rôle maternel, perte de la séduction. Très liée à ces aspects, la ménopause est aussi parfois vécue et surtout présentée comme une perte de la féminité<sup>24</sup>. Vraiment ? Sans nier le caractère douloureux des messages que la société renvoie aux femmes plus âgées, n'y aurait-il pas dans ces « pertes » aussi une source potentielle de libération ? Par exemple, pour certaines femmes, il s'agit d'être enfin libérée du risque de grossesse non désirée. Pour d'autres, c'est pouvoir définir son corps, en se distanciant des injonctions de beauté, au fil des expériences et des événements de la vie.

Outre le sexisme, cette notion de perte s'explique aussi par de l'âgisme. L'âgisme comprend toute forme de discriminations fondées sur l'âge. Dans notre société actuelle, nous sommes nourri·e·s par :

---

<sup>20</sup> *Ibid.*, p. 100.

<sup>21</sup> *Ibid.*, pp. 112-113.

<sup>22</sup> Attention, les exemples mentionnés n'ont pas pour but de restreindre la sexualité féminine aux orgasmes uniquement. Les femmes peuvent prendre plaisir à une relation sexuelle sans forcément avoir un orgasme. Toutes les femmes sont différentes et les pratiques sexuelles, les zones érogènes, etc... peuvent changer au fil du temps, être mouvantes.

<sup>23</sup> D'ORTENZIO Anissa, « Une médecine sexiste ? Le cas de la surmédicalisation des femmes », *Etude FPS*, 2020, <https://www.soralia.be/accueil/etude-2020-une-medecine-sexiste-le-cas-de-la-surmedicalisation-des-femmes/>

<sup>24</sup> CHARLAP Cécile, *La ménopause comme espace de tension entre production du genre et résistances des femmes. Le cas français*. Emulations, 2014, volume 7 (n13), pp. 55-67.

- les mythes de l'éternelle jeunesse, un idéal impossible à atteindre créé par les industries de beauté (maquillage, produits de « soins », etc.) et de forme (régimes, plannings de sport pour un « summer body », compléments alimentaires, etc.);
- le capitalisme dans son besoin de produire constamment. Autrement dit, être productive-if tout le temps et toute sa vie, même pendant les jours de repos, sinon les personnes sont considérées comme inutiles et un poids pour la société ;
- une prégnance de la vision bio-médicale et dévalorisante des changements liés à l'âge (carence hormonale, risques osseux, maladie, etc.), surplombant une vision socio-culturelle plus positive (sagesse, liberté, tranquillité, etc.) face à des situations naturelles et de surcroît, inévitables<sup>25</sup>.

Ainsi, les seins des femmes qui vieillissent sont majoritairement appréhendés et visibilisés sous le prisme des maladies et du cancer du sein... La prévention et le suivi des maladies sont effectivement des pratiques à poursuivre. Les parcours de soin devraient d'ailleurs se distancier d'une perspective purement bio-médicale afin de privilégier des soins par rapport à la maladie (« cure ») et par rapport à la personne soignée (« care »). Séverine, qui a vécu un cancer du sein, le souligne : « *À présent, ça ne se voit pas que tout ça s'est produit. Il y a beaucoup de gens qui croient que le cancer est derrière moi parce qu'il y a eu des opérations et que mes seins sur le plan esthétique sont réparés. Physiquement, ça va mais, la partie intérieure doit aussi être soignée. Je dois encore me réparer* ».

Selon une étude, les médecins recommanderaient dans le cas de cancer du sein, « une reconstruction mammaire à 95 % des patientes de moins de 31 ans, mais seulement à 65 % des patientes de plus de 59 ans », sans que les profils médicaux des patientes justifient ces chiffres<sup>26</sup>. À croire que la date de péremption imposée sur notre front ferait office de tatouage !

Pour en revenir au cancer du sein, la mastectomie et la reconstruction mammaire sont deux opérations qui changent la poitrine féminine. Plusieurs femmes nous ont raconté une part de leurs histoires à la suite d'un cancer du sein. Monique est l'une d'entre elles : « *Je suis porteuse de gènes BRCA1 défectueux (comme l'actrice Angelina Jolie) et j'ai eu un cancer aux deux seins en 2012. J'ai fait une ablation de mes deux seins. En 2020, j'ai fait une reconstruction de mes seins à partir de ma propre graisse située dans le ventre. C'était un mal pour un bien même si j'ai dû faire le deuil de mes anciens seins et que c'était terrible de passer par tout ça. À présent, mes seins font partie intégrante de mon corps, lorsqu'il fait froid, j'ai l'impression qu'ils durcissent alors que ce n'est pas vraiment le cas !* ».

Rappelons-nous que la reconstruction mammaire (la faire ou ne pas la faire) doit être avant tout un choix qu'on peut faire en ayant le temps suffisant (qui convient à chacune) d'y réfléchir posément, sans être poussée par le personnel soignant ou par l'entourage. Chaque femme doit pouvoir vivre à son rythme et comme elle l'entend les périodes positives et négatives de sa vie, et définir par et pour elle-même sa manière d'être au monde, d'être femme, et surtout, sans rendre de compte à personne. Par exemple, la féminité peut passer par une poitrine, mais pas exclusivement : on peut se sentir femme sans avoir deux seins. Personne, ni même la société, ne devrait pouvoir imposer ses critères de la féminité (et de la masculinité).

---

<sup>25</sup> D'ORTENZIO Anissa, « Une médecine sexiste ? », *op.cit.*

<sup>26</sup> MADAN AK., ALIABADI-WAHLE S. et BEECH DJ., « Ageism in medical students' treatment recommendations: the example of breast-conserving procedures », *Acad Med*, 2001,76(3):282-4.

## Vision bio-médicale et corps des femmes

Le champ médical doit être investi et remis en question car les stéréotypes de genre sont nombreux et les risques sur la santé sont bien présents, et ce, pour toutes les femmes. Yna le résume bien : « *J'ai beaucoup de points d'interrogation par rapport au cancer du sein, car plus ma thérapie hormonale avance, plus je suis à risque selon mon médecin (...) Je constate qu'il existe peu d'informations liées à la santé des seins des personnes trans. Si mon médecin est attentif à ces questions, c'est parce qu'il fait partie de la communauté LGBT mais c'est un peu l'exception (...) Les médecins ne sont pas toujours 'safe' et inclusif. Faire une mammo' me met mal à l'aise, car l'éducation des médecins sur ces questions est presque inexistante. Je n'ai pas envie d'aller chez le médecin pour faire un débat sur mon existence. C'est un peu une roulette russe. J'ai jamais l'impression que ces comportements sont pris au sérieux (...) Les femmes cis sont écartées de la médecine, tout comme les femmes trans. Il y a peu de recherches à notre sujet. Pouvoir écouter l'expérience d'autres femmes qu'elles soient cis ou trans est essentiel pour moi. Les campagnes de sensibilisation doivent être plus inclusives* ».

Dans un tout autre contexte médical, l'expérience de Chloé confirme ce manque d'écoute, de considération qui ont eu des impacts bien réels sur sa santé. Après un long parcours médical et administratif pour connaître sa situation, Chloé découvre être victime des prothèses « PIP », des prothèses mammaires dysfonctionnelles dangereuses : « *Après cette deuxième opération, le chirurgien a bien confirmé qu'il s'agissait de PIP et il a surtout indiqué que l'une d'entre elles s'était ouverte. Si je n'avais pas pris la décision d'agir rapidement, qui sait ce qui aurait pu arriver ? Avec le recul, et en écrivant ces mots, je prends conscience de l'ampleur de tout ce qui s'est passé. De l'impact que ces événements ont eu sur moi. Aujourd'hui, j'ai plus de 30 ans. Rien de ce qu'il s'est passé n'est normal. J'ai enduré des violences dans ma chair. Mon corps gardera pour toujours les traces de ces mauvais traitements. Je n'ai pas le sentiment que mon corps a été respecté et je me sens toujours blessée* ».

Ces deux témoignages démontrent à quel point un manque de suivi médical adéquat peut amener les patientes à souffrir, à se méfier du corps médical et potentiellement, à renoncer aux soins médicaux si ces dernières ne trouvent pas d'autres médecins en qui avoir confiance.

## LA-LES FÉMINITÉS

En Occident, les seins sont donc l'expression d'une féminité dépendante du regard masculin : en étant à la fois un outil de catégorisation du masculin et du féminin et à la fois l'objet des injonctions et des fantasmes. « Les seins cessent d'appartenir aux femmes pour devenir de simples objets destinés à remplir un certain nombre de fonctions. Tout doit être fait pour qu'ils comblient ces attentes sociales : ils doivent être [présents]<sup>27</sup> et rester suffisamment beaux, suffisamment excitants, suffisamment nourrissants... »<sup>28</sup> souligne Camille Froidevaux-Metterie dans son livre. Le corps féminin ne semble exister que parce qu'il est regardé et utilisé par un autre. C'est une perception limitée et orientée sur une passivité du corps féminin qui rejoint d'autres constats sexistes (dans les relations amoureuses et sexuelles, dans le champ médical, etc.). Or, les corps dans lesquels se développent notamment les genres et les sexes sont aussi des corps en action, des corps dans lesquels on vit, avec lesquelles on agit, et finalement, il reste que « nos corps sont nous-mêmes »<sup>29</sup>.

<sup>27</sup> Ajout de la part de la rédactrice de cette analyse.

<sup>28</sup> FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins. op.cit.*, pp.183-184.

<sup>29</sup> Cette dernière phrase reprend en français le titre du célèbre livre « Our Bodies, Ourselves » qui inspira les militantes féministes américaines des années 70. Ce fut une période de réappropriation des corps des femmes via des enjeux d'auto-santé, de reproduction contrôlée, de la reconnaissance de la multiplicité des orientations sexuelles, etc.

Les corps sont le lieu par excellence d'une construction de l'identité, se développant tantôt « à l'externe », selon nos rapports aux autres et au monde qui nous entoure (interactions positives et négatives, étiquettes qu'on nous assigne, etc.) et tantôt « à l'interne », selon notre rapport à soi (perception de soi, ses valeurs, etc.)<sup>30</sup>. C'est bien souvent un mélange complexe des deux, comme nous le démontre Margot : « *En 2017, j'ai voulu faire un piercing à un téton. C'était un peu une volonté de rébellion après une rupture d'une relation hyper toxique où le gars menaçait de me quitter si je faisais des piercings, tatoos, etc. (...) De façon globale, les piercings et les tattoos m'aident à apprécier mon corps et à le trouver beau, et c'est d'autant plus vrai concernant mes seins* ».

Or, toutes les personnes avec des seins ne s'identifient pas nécessairement à cette forme restreinte de la féminité. Par exemple, Chiara, femme transgenre, témoigne : « *J'ai jamais été obsédée par le fait d'avoir une belle poitrine. C'était pas fondamental. Pour moi, l'augmentation mammaire n'était pas une priorité [pour me sentir femme]* »<sup>31</sup>. Selon Camille Froidevaux-Metterie, « les choix effectués lors d'une transition ne sont pas motivés par une obsession de l'imitation (ressembler à une femme ou un homme), mais relèvent d'une démarche propre à soi, à chercher à être soi-même avec ce que cela implique de distance réflexive par rapport aux normes genrées »<sup>32</sup>.

Finalement, reconnaître et défendre la liberté de toutes les femmes, c'est accepter la diversité des corps et leurs significations personnelles. Autrement dit, il n'existe pas UNE féminité, mais DES féminités. Changeons notre regard, subordonné au regard masculin<sup>33</sup>, pour une auto-représentation des femmes à travers leurs propres désirs et perspectives. Par exemple, pour Clara, la réduction mammaire a eu beaucoup de sens : « *« Depuis mon opération, je revis autrement mon rapport à mes seins, mon corps, mes habits et le regard des autres. Ça a été un boost de confiance en moi et de réappropriation de mon corps, grâce à cela j'ai aussi appris à me détacher du regard de l'autre sur moi »*.

## L'invariable variabilité des seins

Alice nous raconte : « *Je n'ai pas une très grosse poitrine, elle s'est développée vers 14 ans, mais a vite arrêté de grandir. Quand je suis tombée enceinte, j'ai vraiment vu l'évolution. Mes mamelons ont grossi et lorsqu'il faisait froid, j'avais super mal. Je savais qu'ils allaient changer, mais j'étais contente d'avoir été prévenue. Je suis super fière de voir comment mon corps s'est adapté. Je ne profite plus de mes seins comme avant. Là encore j'avais été prévenue* ». En effet, les seins des femmes ne sont jamais les mêmes, variant très régulièrement tout au long de la vie, chaque mois, chaque jour parfois : s'il fait chaud ou froid, s'ils sont touchés, si les tétons pointent, s'ils sont libres ou enserrés, selon les cycles menstruels, la vieillesse, la grossesse, les opérations chirurgicales, les hormones de substitution... Les seins se déclinent en une variabilité de formes, de nombre (de 0 à 2), de couleurs, de taille... Que ce soit la poitrine, les tétons ou les alvéoles ! Ces mêmes seins peuvent être fermes, mous ou pendants et aller de l'avant ou bouger de gauche à droite quand on se déplace... Clint nous expliquait « *Moi j'aime bien mes petits seins. J'aime bien les toucher, j'aime bien qu'on les touche - gentiment, avec mon consentement. J'aime bien les sentir bouger librement sous mon t-shirt. J'aime bien les poils qui poussent dessus, que je refuse d'arracher. Parce qu'ils ont déjà été assez source de douleur, donc j'ai décidé que maintenant ils ne seraient que plaisir. Un plaisir, un corps, un genre DIY. Des seins DIY, je les ai fait pousser moi-même* ».

---

<sup>30</sup> D'ORTENZIO Anissa, « La construction identitaire des femmes d'origine chinoise sous le prisme des discriminations : étude intersectionnelle exploratoire en Wallonie et à Bruxelles », *Mémoire de master*, Université Catholique de Louvain, 2019, <https://dial.uclouvain.be/memoire/ucl/en/object/thesis%3A21533>

<sup>31</sup> FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins. op.cit.*, pp.160-163.

<sup>32</sup> *Ibid.*

<sup>33</sup> « Le regard masculin » est ici utilisé pour traduire le concept anglophone de « male gaze ».

Bref, une infinité de seins pour une infinité de femmes. Ce sont des expériences très différentes de la « réalité » qu'on tente de nous imposer : « nous sommes libres pourvu que nous correspondions le mieux possible aux critères du moment, libres de nous conformer donc et non libres de paraître celles que nous sommes »<sup>34</sup>. Comment sortir de cette logique de standardisation des corps des femmes comme des objets IKEA<sup>35</sup> ? Comment être fières de nos corps lorsqu'on ne correspond pas à ce que la société – et l'entourage – attend de nos corps et de ce qu'on veut en faire ?

## **CONCLUSION : LÂCHEZ-NOUS LES SEINS !**

Vecteur de dominations multiples, le corps est aussi le lieu d'émancipations possibles portées individuellement et collectivement. Au niveau individuel d'abord, apprécier, prendre soin et valoriser (à sa manière) son propre corps est déjà un acte de militance en soi. Sans nier les difficultés propres à chacun-e et à son environnement, il est possible de mettre à distance les rôles et les attentes qu'on tente systématiquement d'imposer aux femmes.

Ces injonctions ont longtemps fait l'objet de justifications biologiques ou socio-culturelles douteuses et non fondées. Plusieurs mouvements féministes les ont régulièrement remis en question. D'ailleurs, en 1970, les féministes se rendent compte que leurs expériences sont directement liées à leur corps (au travers de la sexualité, de la maternité, etc.). Leurs questionnements sont partagés par un très grand nombre de femmes et sont, de ce fait, des enjeux politiques qu'elles prennent à bras le corps. Une perspective féministe nouvelle centrée sur la réappropriation ou la libération des corps était née. Aujourd'hui, ce mouvement a été petit à petit relancé, avec l'aide des réseaux sociaux et du web, à coups de hashtags : #NoBra, #FreeTheNipples, #MeToo,... Certains mouvements sont le fait de groupes plus marginaux que d'autres, certains mouvements sont plus actifs sur internet et d'autres dans les milieux socio-culturels ou artistiques...

Au bout de ce long parcours, serait-ce possible que les seins deviennent un « non-sujet » ? Rendre les seins (et leur diversité) visibles pour ce qu'ils sont, à savoir une partie du corps comme une autre ? Les rendre d'une banalité sereine et saine, bien vécue par celles qui les portent, loin des normes inscrites dans la chair ? Cela impliquerait (notamment) de remettre en question en profondeur les notions de féminité et de masculinité qui se jouent dans - et sur - les corps.

---

<sup>34</sup> FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins op. cit.*, p. 48.

<sup>35</sup> IKEA n'a pas sponsorisé cette analyse. Le sarcasme est utilisé pour dénoncer une situation absurde.

## BIBLIOGRAPHIE

BIENAIME Charlotte, « La vie des seins », *Un Podcast à soi*, numéro 32, Arte, 2021, <https://bit.ly/3ievNz3>

CHARLAP Cécile, *La ménopause comme espace de tension entre production du genre et résistances des femmes. Le cas français*, Emulations, 2014, volume 7 (n13), pp. 55-67.

DIERICKX Ariane, « Femmes sans abri : pourquoi elles se masculinisent », *Le Vif*, 2017, <https://bit.ly/3V45oSl>

D'ORTENZIO Anissa, « Une médecine sexiste ? Le cas de la surmédicalisation des femmes », *Etude FPS*, 2020, <https://www.femmesprevoyantes.be/2020/12/28/etude-2020-une-medecine-sexiste-le-cas-de-la-surmedicalisation-des-femmes/>

D'ORTENZIO Anissa, « La construction identitaire des femmes d'origine chinoise sous le prisme des discriminations : étude intersectionnelle exploratoire en Wallonie et à Bruxelles », *Mémoire de master en Sociologie*, Université Catholique de Louvain, 2019, <https://dial.uclouvain.be/memoire/ucl/en/object/thesis%3A21533>

FIL SANTÉ JEUNES, *Les seins dans l'Histoire*, article en ligne, 2021, <https://bit.ly/3ARSdwy>

FROIDEVAUX-METTERIE Camille, *Seins. En quête d'une libération*, Ed. Points, 2022.

GALITCH Saskia, « Le sein, reflet de l'histoire des femmes », *Femina*, article en ligne, 2020, <https://bit.ly/3Ov00cp>

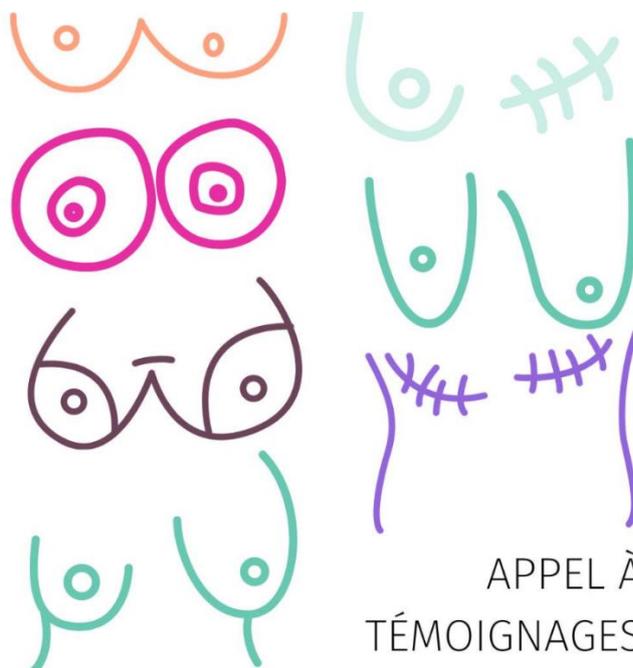
LENOBLE Benoit, « Le sein - Une histoire. Marilyn Yalom. Compte-rendu », *La Cliothèque*, article en ligne, 2021, <https://bit.ly/3XPPnlu>

MADAN AK., ALIABADI-WAHLE S. et BEECH DJ., « Ageism in medical students' treatment recommendations: the example of breast-conserving procedures », *Acad Med*, 2001,76(3):282-4.

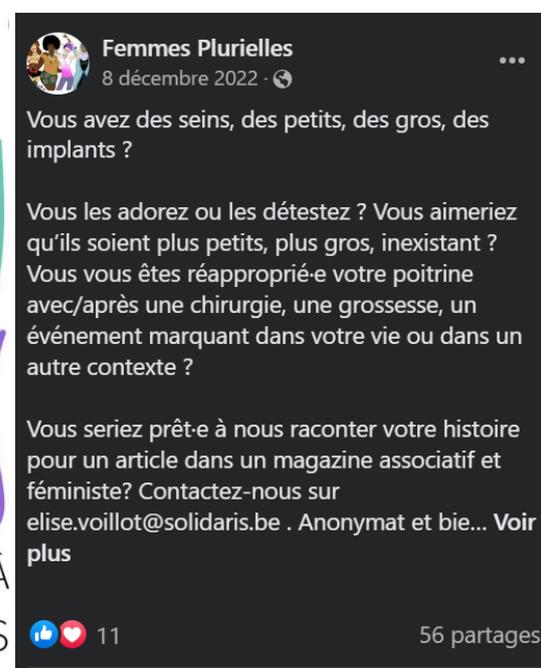
ROY Anne-Sophie, *Industrialisation des seins féminins: une histoire de mode et de culture*, article en ligne, 2017, <https://bit.ly/3GJR7qu>

## ANNEXES

### L'appel à témoignages



APPEL À  
TÉMOIGNAGES



**Femmes Plurielles**  
8 décembre 2022 · 🌐

Vous avez des seins, des petits, des gros, des implants ?

Vous les adorez ou les détestez ? Vous aimeriez qu'ils soient plus petits, plus gros, inexistant ? Vous vous êtes réapproprié-e votre poitrine avec/après une chirurgie, une grossesse, un événement marquant dans votre vie ou dans un autre contexte ?

Vous seriez prête à nous raconter votre histoire pour un article dans un magazine associatif et féministe? Contactez-nous sur [elise.voillot@solidaris.be](mailto:elise.voillot@solidaris.be) . Anonymat et bie... **Voir plus**

👍❤️ 11 56 partages

## EN SAVOIR +

### Un livre :

- YALOM Marilyn, *Le sein - Une histoire*, Galande Editions, 2010.

### Un podcast :

- BIENAIME Charlotte, « La vie des seins », *Un Podcast à soi*, numéro 32, Arte, 2021, <https://bit.ly/3ievNz3>

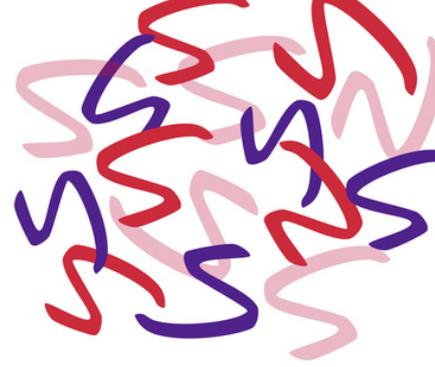
### Un article :

- FORTIER Corinne, « Seins, reconstruction et féminité. Quand les Amazones s'exposent », *Droit et cultures*, 80, 2020, <https://bit.ly/3uhNhgH>

### Les productions Soralia (anciennement FPS) sur le sujet:

- LARGEPRET Mathilde, « Un soutien-gorge en quarantaine ? », *Femmes Plurielles*, 2020, <https://bit.ly/3VSlqQ3>

- HERLEMONT Rosine, « Allaitement: couvrez ce sein que je ne saurais voir ! », *Analyse FPS*, 2019, <https://bit.ly/3HaSjU1>
- VAN ERPS Noémie, « Les armes des féministes du XXIème siècle », *Analyse FPS*, 2012, <https://bit.ly/3F3zqQ1>
- HIBO Sarah, « Dépistage du cancer du sein: actions de terrain avec les acteurs locaux », *Étude FPS*, 2012, <https://bit.ly/3BcQli8>



## Qui sommes-nous ?

**Soralia est un mouvement mutualiste féministe d'éducation permanente.**

Un mouvement riche de plus de 100 ans d'existence, présent partout en Belgique francophone et mobilisant chaque année des milliers de personnes.

Au quotidien, nous militons et menons des actions pour favoriser l'égalité entre les femmes et les hommes. Nous défendons des valeurs et des principes fondamentaux tel-le-s que le féminisme, l'égalité, la solidarité, le progressisme, l'inclusivité et la laïcité.

**Pour contacter notre service études :**

Fanny Colard - fanny.colard@soralia.be - 02/515 06 26

Toutes nos publications sont téléchargeables dans leur entièreté sur notre site.

