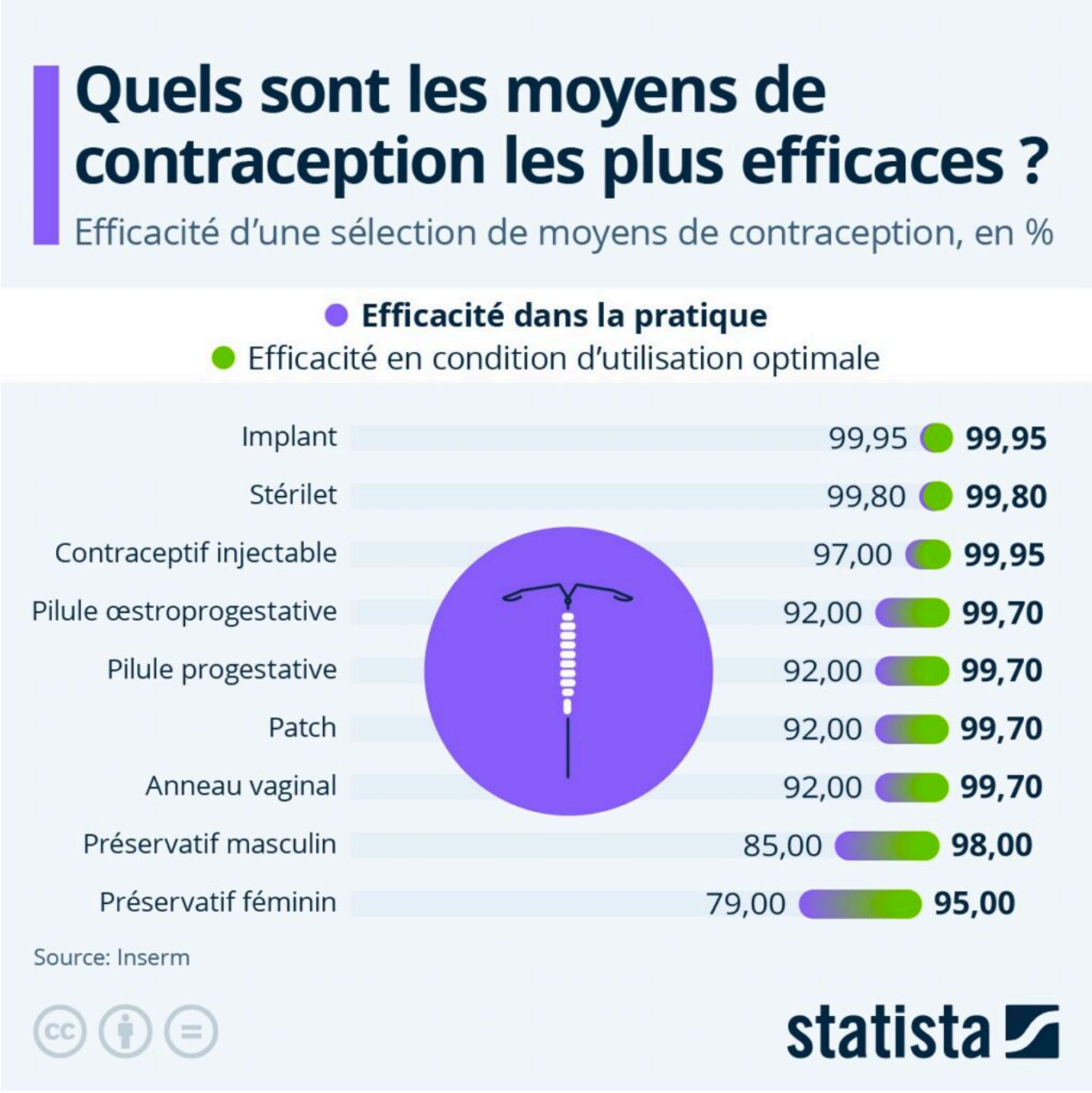
Ecrit par Echo du Mardi le 7 septembre 2025

Quels sont les moyens de contraception les plus efficaces ?



Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Ecrit par Echo du Mardi le 7 septembre 2025

Chaque année, le 4 septembre marque la Journée mondiale de la santé sexuelle. Selon un récent baromètre de Santé Publique France, plus de 90% des femmes en âge de procréer en France qui ne souhaitent pas tomber enceinte utilisaient un moyen de contraception au moment de l'enquête. La pilule a longtemps été le moyen de contraception le plus utilisé par les Françaises, mais d'après des données récoltées par l'Inserm, elle a récemment été détrônée par des méthodes de longue durée qui sont moins susceptibles d'être mal utilisées, comme l'implant contraceptif ou le stérilet. Si la contraception a pour but de prévenir les grossesses non désirées, certaines méthodes ont également d'autres bénéfices : le préservatif (masculin et féminin) protège contre les infections sexuellement transmissibles, et certaines méthodes de contraception hormonales peuvent avoir un effet positif sur les règles douloureuses.

Comme le montre notre infographie, basée sur des données publiées par l'Inserm, les méthodes de contraception de longue durée font partie des plus efficaces, et leur efficacité ne diffère pas en pratique puisque l'implant et le stérilet sont insérés et restent en place pour plusieurs années (trois ans pour l'implant, cinq ans pour le stérilet). Par contraste, la pilule contraceptive (œstroprogestative, qui contient un œstrogène et un progestatif, ou progestative, qui contient uniquement des progestatifs) est efficace à 99,7% si elle est utilisée de façon optimale, mais seulement à 92% en pratique. Il en va de même pour le patch contraceptif, qui doit être renouvelé une fois par semaine, et l'anneau vaginal, qui doit a une durée de vie d'un mois. Le préservatif, masculin comme féminin, est le plus susceptible de ne pas être utilisé correctement en pratique, mais reste le seul moyen de se protéger contre les maladie et infections sexuellement transmissibles.

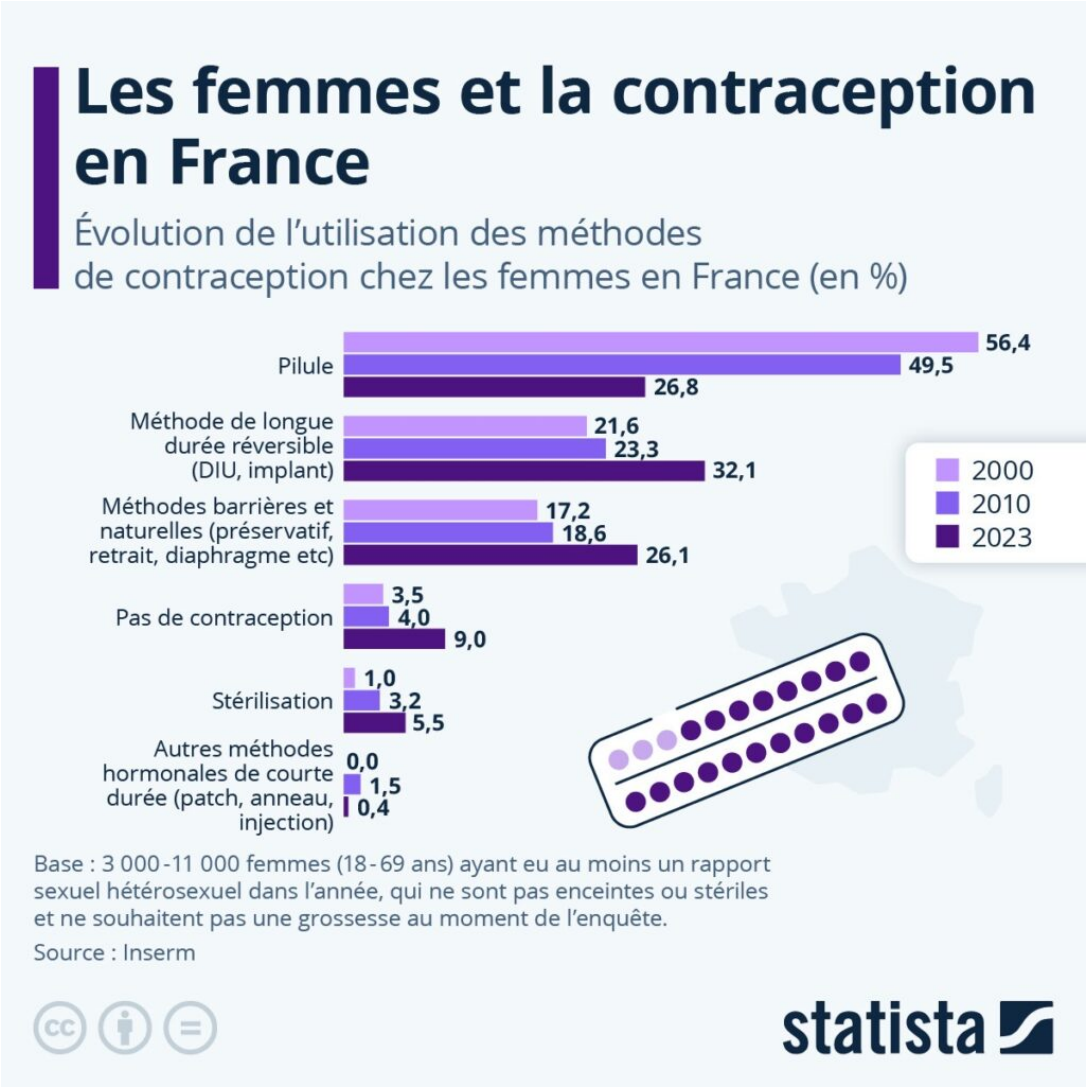
Quelles méthodes de contraception sont les plus utilisées en France ?

Si la pilule a longtemps été la méthode de contraception la plus utilisée par les femmes françaises, elle a ces dernières années été détrônée par les méthodes de longue durée réversibles de type stérilet ou implant. Comme le rapporte l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) dans sa dernière enquête Contexte des Sexualités en France 2023, les femmes interrogées (ayant eu au moins un rapport sexuel hétérosexuel dans l'année, qui n'étaient pas enceintes ou stériles et ne souhaitaient pas une grossesse au moment de l'enquête) utilisatrices d'une contraception orale étaient 56,4% en 2000, 49,5% en 2010 puis 26,8% en 2023. En l'espace d'une décennie environ, l'usage de la pilule a ainsi diminué de presque vingt points de pourcentage au sein de la population étudiée.

Comme le montre notre infographie, la diminution de l'utilisation de la pilule contraceptive est en partie compensée par l'adoption d'autres méthodes hormonales ou non hormonales, en particulier les méthodes de longue durée réversibles de type stérilet ou implant, dont l'usage est passé de 21,6% en 2000 à 32,% en 2023, le stérilet représentant à lui seul 27,7% des répondantes cette année-là. L'utilisation de méthodes barrières ou naturelles (comme le préservatif, le retrait ou le calcul des dates) est quant à elle passée de 17,2% en 2000 à 26,1% en 2023 (dont 18,6% pour le préservatif). La part des femmes qui déclarent n'utiliser aucune contraception a elle aussi augmenté, passant de 3,5% en 2000 à 9% en 2023 ; et 5,5% des femmes interrogées pour l'enquête en 2023 déclaraient avoir eu recours à la stérilisation, en hausse de 4,5 points de pourcentage par rapport à 2000.

Pour toujours en savoir plus, lisez **www.echodumardi.com**, le seul média économique 100% Vaucluse habilité à publier les annonces légales, les appels d'offres et les ventes aux enchères !

Ecrit par Echo du Mardi le 7 septembre 2025



De Valentine Fourreau pour Statista