Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 5 novembre 2026

Quels sont les moyens de contraception les plus efficaces ?



Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 5 novembre 2026

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.

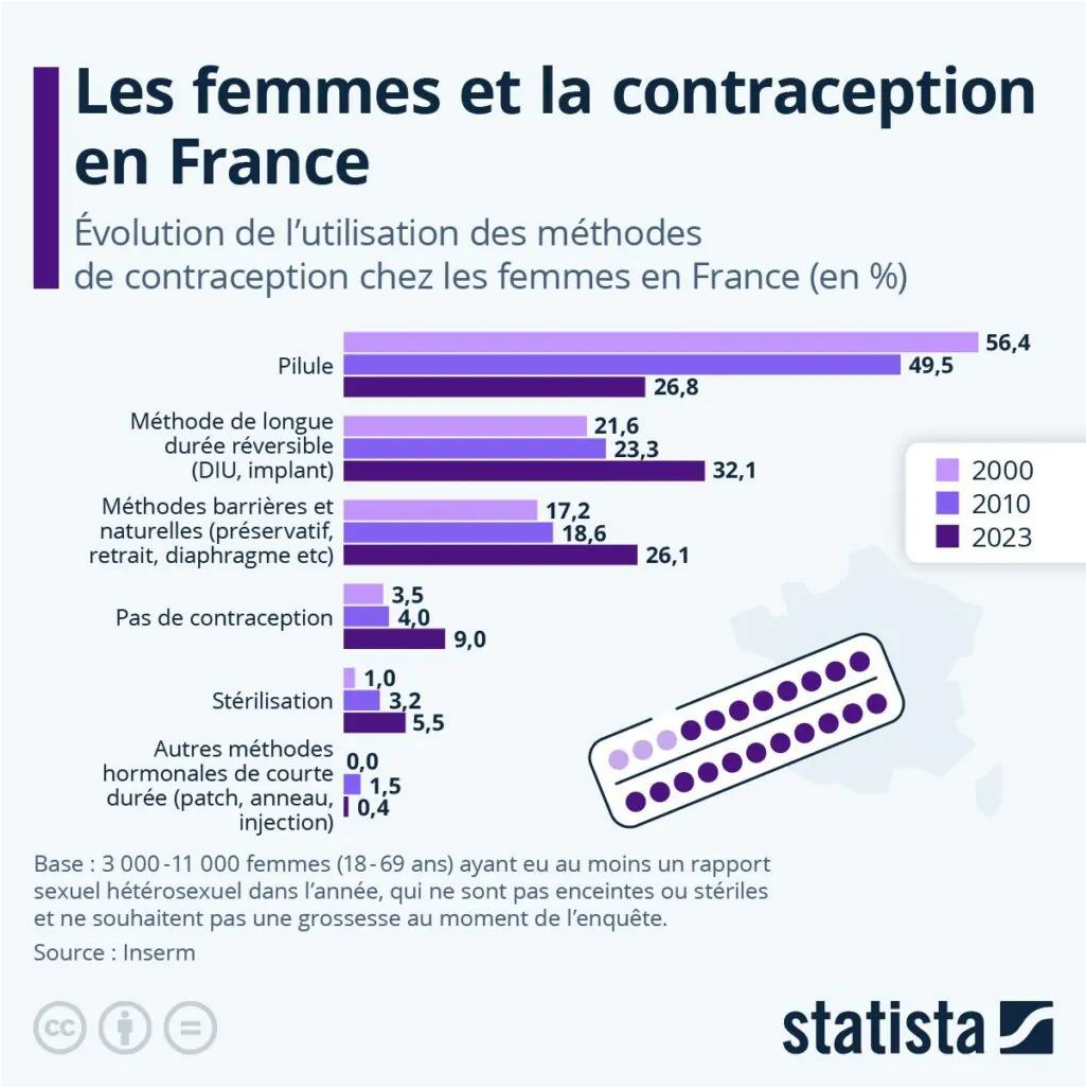
Quelles méthodes de contraception sont les plus utilisées en France ?

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.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 5 novembre 2026

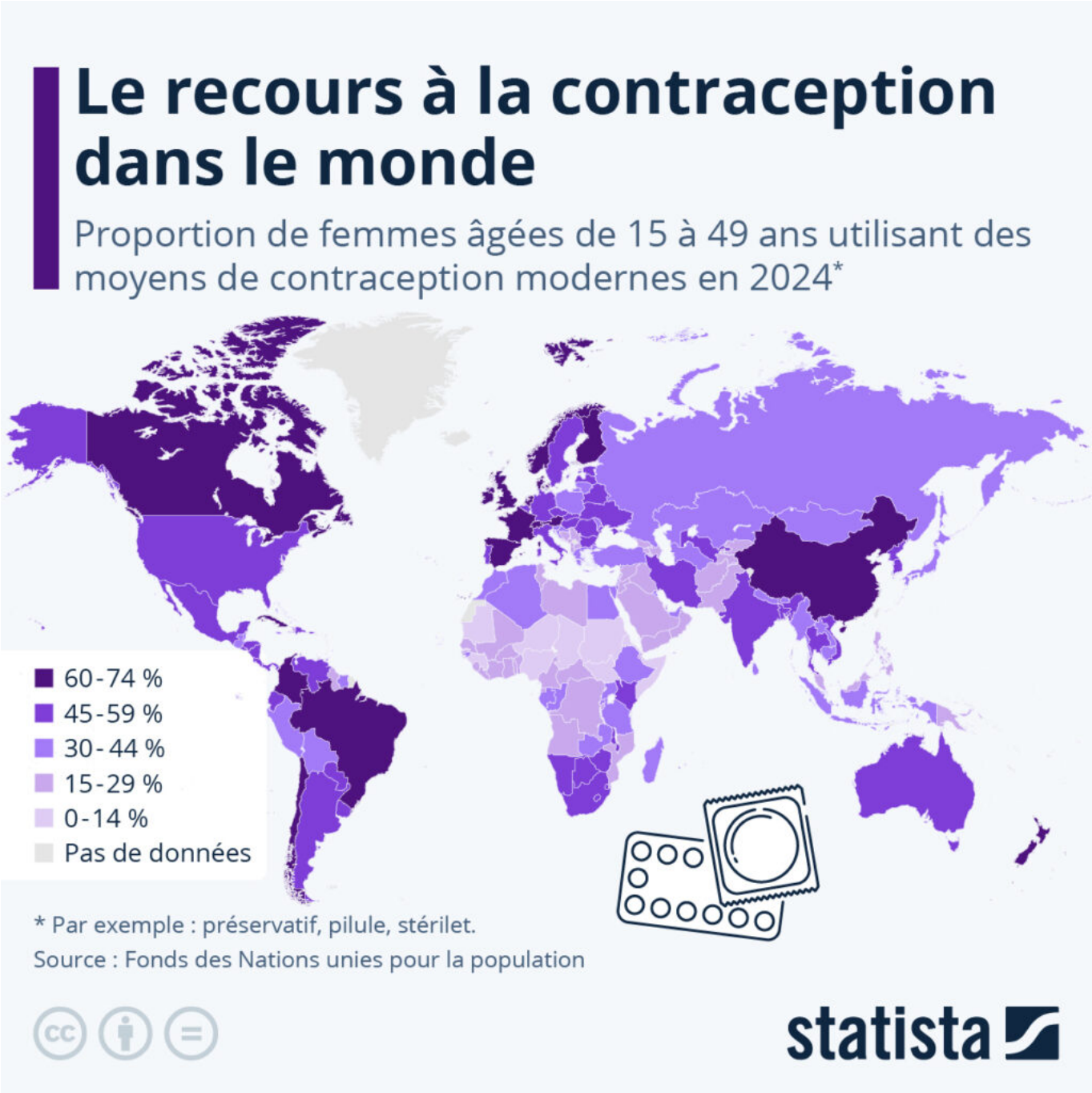


De Valentine Fourreau pour Statista

Le recours à la contraception dans le monde

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 5 novembre 2026



Hier, c'était la journée mondiale de la contraception. A cette occasion, le site de Data Statista fait le point sur son usage et son accès en France et dans le monde.

En France, l'accès aux méthodes contraceptives modernes ne pose généralement pas de problème. Selon l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm), la pilule et le stérilet sont les deux

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 5 novembre 2026

méthodes les plus répandues dans le pays. D'après les statistiques les plus récentes du Fonds des Nations Unies pour la population, au total, près de deux tiers des femmes françaises âgées de 15 à 49 ans utilisent des moyens de contraception modernes. La France fait ainsi des dix pays du monde où cette valeur est la plus élevée, derrière, entre autres, la Finlande (74 %), le Canada (71 %), la Chine (69 %) et la Suisse (68 %).

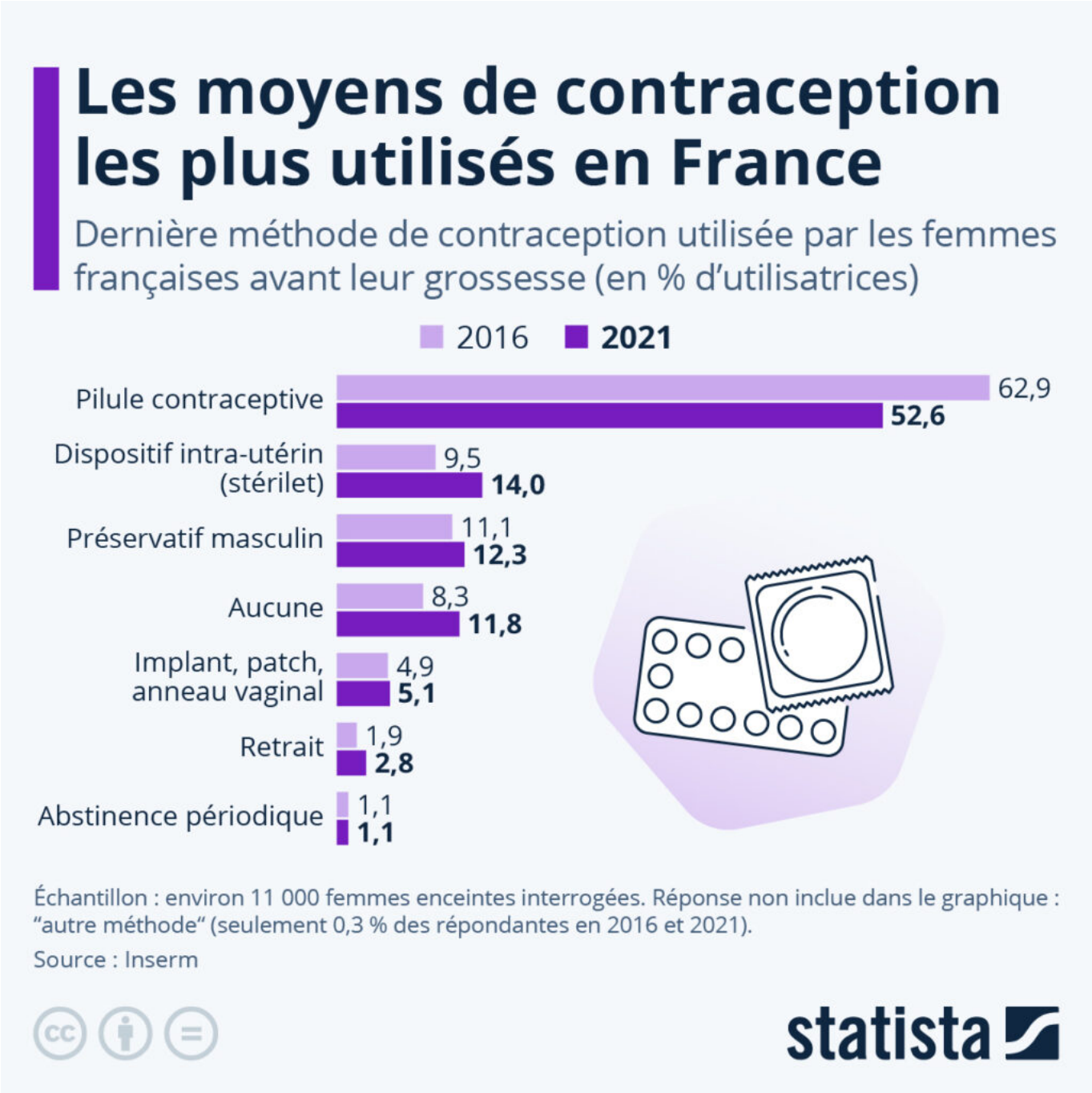
En revanche, la pilule, le stérilet ou le préservatif ne sont utilisés que par un tiers des femmes ou moins dans 71 pays et territoires autour du globe, que ce soit à des fins de planification familiale ou de protection contre les maladies sexuellement transmissibles. Il s'agit principalement de pays du Moyen-Orient et d'Afrique. En Afghanistan, par exemple, seule une femme sur cinq environ utilise la contraception. Au Nigeria, l'un des dix pays les plus peuplés du monde, ce chiffre est de 14 %. Mais l'accès aux contraceptifs modernes semble également constituer un problème dans certains pays d'Europe – notamment en Serbie (29 % d'utilisatrices) et en Albanie (6 % seulement).

Quelles méthodes de contraception sont les plus utilisées en France ?
Bien que la pilule reste la principale méthode de contraception utilisée par les femmes françaises avant la grossesse, son usage connaît une baisse continue ces dernières années. Comme le rapporte l'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) dans sa dernière enquête périnatale, les femmes utilisatrices d'une contraception orale avant la grossesse étaient 73,8 % en 2010, 62,9 % en 2016 puis 52,6 % en 2021. En l'espace d'une décennie environ, l'usage de la pilule a ainsi diminué de plus de 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 le dispositif intra-utérin (ou stérilet) dont l'usage est passé de 9,5 % en 2016 à 14,0 % en 2021, tandis que l'utilisation du préservatif masculin a lui augmenté d'environ un point de pourcentage (12,3 % en 2021). Les méthodes naturelles, telles que le retrait (ou « coït interrompu »), sont également en légère hausse au cours des cinq dernières années étudiées. Cependant, on constate que la part des femmes qui déclarent n'utiliser aucune contraception a elle aussi augmenté, passant de 8,3 % en 2016 à 11,8 % en 2021.

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 5 novembre 2026

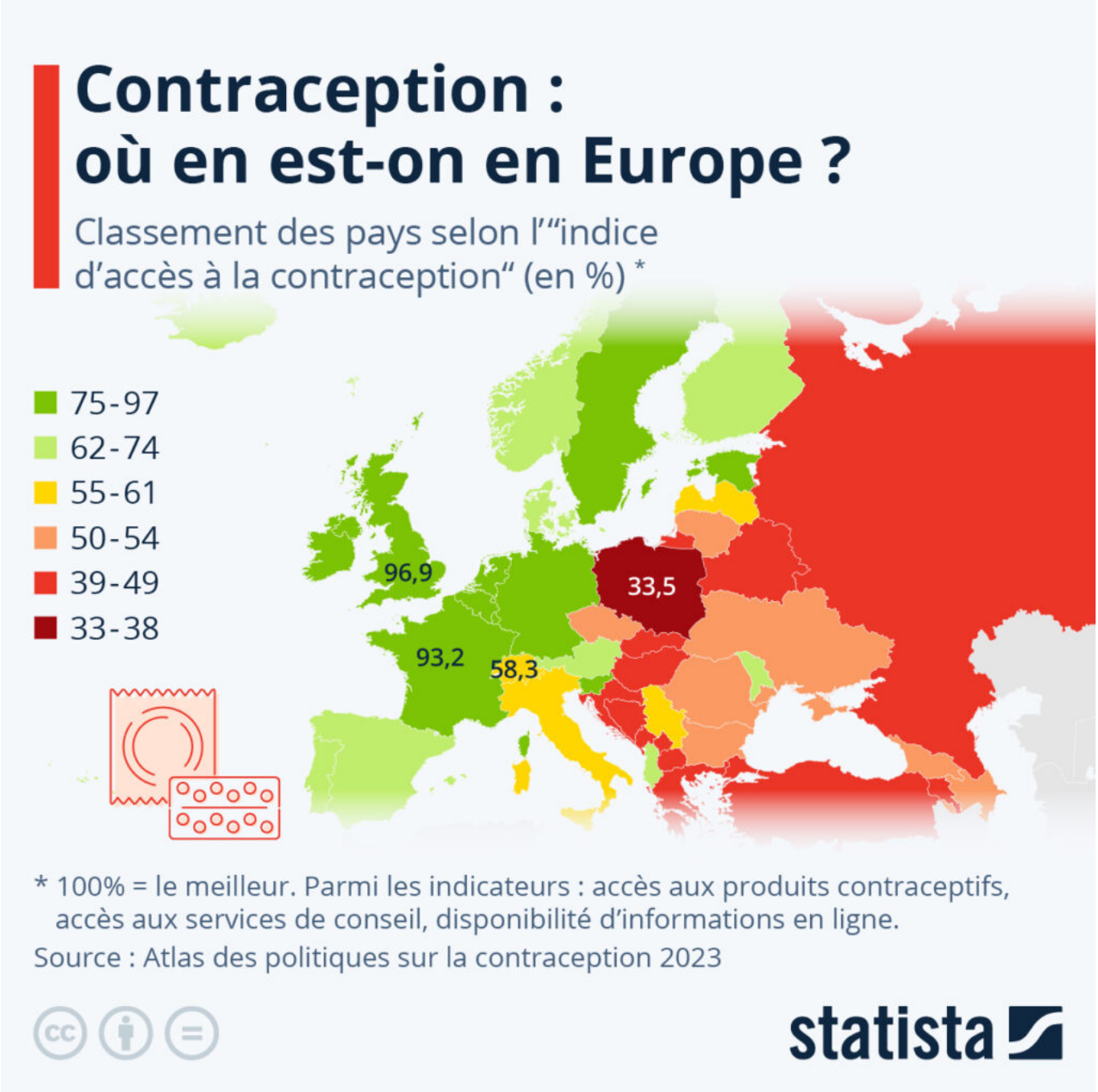


De Tristan Gaudiaut pour Statista

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 5 novembre 2026

Contraception : où en est-on en Europe ?



Depuis le premier avril, presque tous les moyens de contraception sont disponibles gratuitement au

Les Petites Affiches de Vaucluse depuis 1839

Ecrit par le 5 novembre 2026

Luxembourg, indépendamment de l'âge. Les frais de stérilisation pour les femmes et les hommes sont également remboursés, selon le ministère de la Santé. Seuls les préservatifs doivent encore être payés par les consommateurs. Jusqu'à présent, seule une liste limitée de contraceptifs sur ordonnance était remboursée à 80 % au Luxembourg pour les femmes de moins de 30 ans. Cette nouvelle réglementation devrait avoir permis au pays de gagner des points dans l'« Atlas des politiques sur la contraception » de 2023.

L'« Atlas des politiques sur la contraception » du Forum parlementaire européen pour les droits sexuels et reproductifs (EPF) évalue chaque année l'accès aux moyens de contraception, aux services de conseil et à l'information en ligne à ce sujet dans les pays d'Europe.

Selon l'édition 2023, c'est en Grande-Bretagne que la situation est la meilleure sur le continent, suivie de la France, de la Belgique et du Luxembourg. La Suisse fait plutôt mauvaise figure en Europe occidentale : contrairement à la France par exemple, tous les moyens de contraception doivent y être payés par le consommateur, et ce sont surtout les personnes à faible revenu qui en font les frais. Avec l'Italie, elle est le seul pays d'Europe occidentale à obtenir un score inférieur à 60 % dans l'étude. Comme le montre notre graphique, la Pologne est le pays européen le plus mal classé en matière de contraception.

Dans seulement 20 des 46 pays européens, les systèmes de santé prennent en charge au moins un moyen de contraception réversible à long terme, comme la pilule contraceptive, l'anneau contraceptif ou le stérilet.

De Tristan Gaudiaut pour Statista