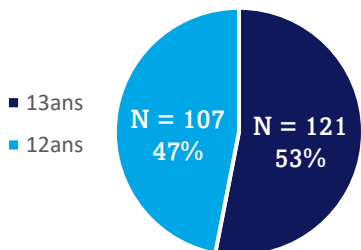


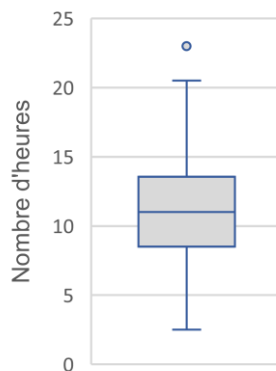


Au total, **N = 228 nageuses** ont répondu au questionnaire



Répartition homogène entre les Benjamines 1 (nées en 2013, 12ans) et 2 (nées en 2012, 13 ans)

Le volume d'entraînement moyen est de **11 heures** (\pm 5h)

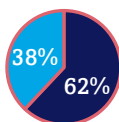
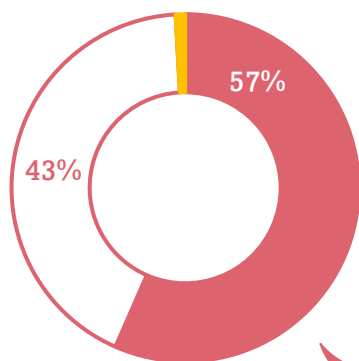


Seulement en natation, le sport au collège et les autres activités sportives pratiquées ne sont pas inclus



Au total, **N = 129 nageuses (57%)** ont déjà eu leurs premières règles

■ OUI ■ NON ■ NON, trouble du cycle diagnostiqué



Parmi elles, la majorité sont des Benjamines 2 (nées en 2012)



La ménarche survient majoritairement durant les mois d'été (juin, juillet, août) et janvier. Cumulé, cela représente 53% des cas. La moitié (51%) les ont au cours de cette année 2025. L'âge moyen est de 12 ans.



Parmi elles, 39% déclarent souffrir de symptômes. Pour près de la moitié (48%), ces symptômes impactent négativement leur quotidien.



En fonction de la ménarche, sont-elles ou seraient-elles à l'aise d'en parler avec ... :



Entourage familial : 83% OUI

Amis : 86% OUI

Coach : 53% OUI



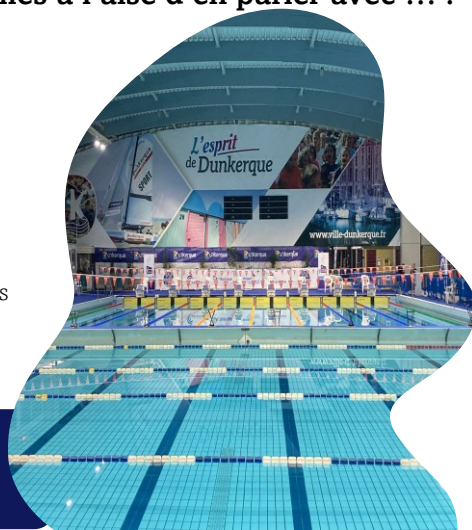
Entourage familial : 89% OUI

Amis : 85% OUI

Coach : 49% OUI

Les pourcentages sont relativement similaires entre celles ayant déjà leurs règles et celles ne les ayant pas. Seulement la moitié d'entre elles sont à l'aise d'en parler avec leur coach.

⚠ Cela reste encore un sujet totalement tabou (NON partout) pour 8 nageuses

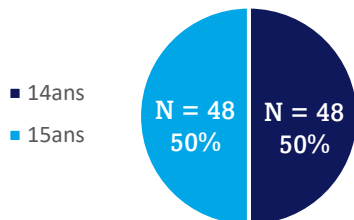


Championnat de France Juniors 2025

Premières analyses descriptives des données du questionnaire

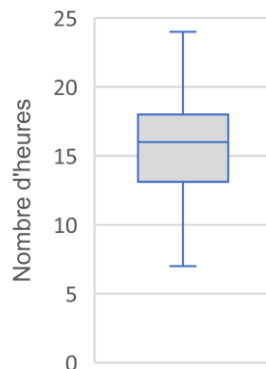


Au total, **N = 96 nageuses** ont répondu au questionnaire



Répartition totalement équilibrée entre les Juniors 1 (nées en 2011, 14ans) et 2 (nées en 2010, 15 ans)

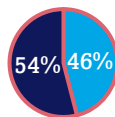
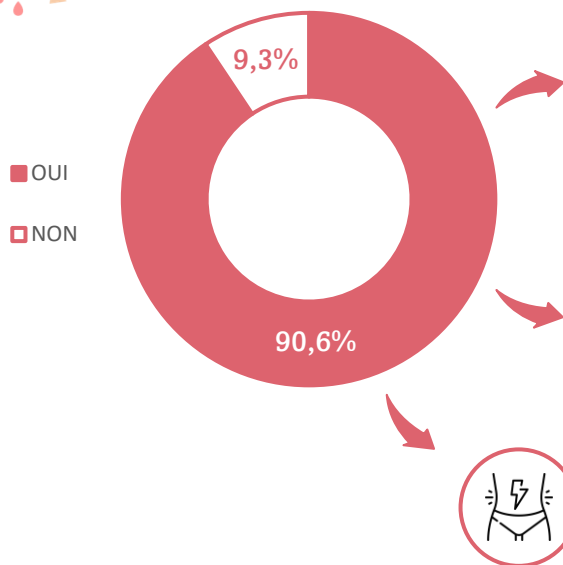
Le volume d'entraînement moyen est de **15,7 heures** ($\pm 3,6h$)



Seulement en natation, le sport au collège et les autres activités sportives pratiquées ne sont pas inclus



Au total, **N = 87 nageuses (90,3%)** ont déjà eu leurs premières règles



Les nageuses n'ayant pas encore leurs règles sont toutes âgées de 14 ans (sauf 1), expliquant cette légère différence..



Une absence de règles à l'âge de 15 ans en présence des caractères sexuels secondaires est considérée comme une aménorrhée primaire. Il est important de l'identifier pour en comprendre l'origine.



La ménarche survient majoritairement durant **les mois d'été (juillet, août) et janvier**. Cumulés, cela représente 50% des cas.

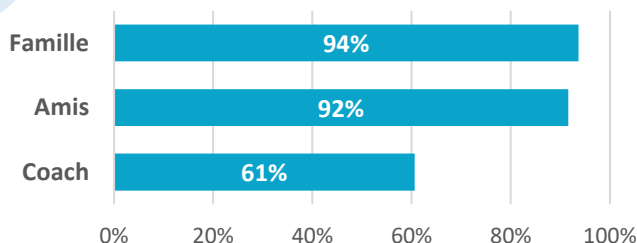
La majorité (65%) les ont au cours des **années 2023 et 2024**. Comme attendu et de façon cohérente avec la littérature scientifique, l'âge moyen est de **12,8 ans**



Parmi elles, **47% déclarent souffrir de symptômes**. Ces symptômes impactent négativement le quotidien de 65% d'entre elles



Indépendamment de la ménarche, sont-elles ou seraient-elles à l'aise d'en parler avec ... :



De façon intéressante, ces pourcentages sont respectivement de 88%, 100% et 100% chez les nageuses n'ayant pas encore leurs règles.



Cela reste encore un sujet totalement tabou (NON partout) pour 3 nageuses

