

SONDAGE EXCLUSIF LES FRANÇAISES ET LEUR CORPS



Sommes-nous toutes complexées à la plage ?

Voilà l'été, synonyme de vacances, de détente mais aussi de moment de vérité... pour notre corps. Après l'avoir camouflé tout l'hiver sous des épaisseurs de vêtements, il est temps de l'exposer au soleil et de lui faire prendre l'air ! Supplice pour les unes, plaisir pour les autres ? Découvrez les chiffres étonnants de notre sondage exclusif*. PAR AMÉLIE CORDONNIER.

BELLE TOUT HABILLÉE...

54 %
des Françaises
disent aimer
leur corps

C'est une double bonne nouvelle, car elles n'étaient que 48% en 2009. « La minceur n'est plus reine comme dans les années 1990, la prise de conscience des professionnels de la mode et des magazines a aidé les femmes à lâcher prise et à mieux s'accepter », constate François Kraus, de l'Ifop. Étonnamment, ce sont les plus de 50 ans qui s'assument le plus. 57% d'entre elles disent aimer leur corps, contre 51% des 25 à 34 ans et 48% des 35 à 49 ans. Il faut donc du temps pour apprendre à apprivoiser sa silhouette ? Oui, répond le Dr Gérard Apfeldorfer, spécialiste de l'image du corps. « Les jeunes subissent une grosse pression sociale, car leurs formes conditionnent leur pouvoir de séduction, mais cette pression diminue en partie avec l'âge, car les enjeux de l'apparence physique sont un peu moins importants après la cinquantaine », analyse le psychiatre.

43 %
des femmes
comptent se
mettre à la diète
Loin de nous l'idée de préparer
notre corps pour les vacances.
Les kilos accumulés l'hiver ne
prennent pas congés ! 57% des
femmes interrogées refusent
catégoriquement de faire un
régime avant l'été. Pas question
de s'affamer... Ni de se faire
suer, au sens propre comme au
sens figuré ! Nous sommes
80% à n'avoir aucune envie de
nous mettre au sport et même
88% à fuir les cabines de bron-
zage. Cet été, on sera comme
on est. C'est à prendre ou à
laisser...

...BEAUCOUP MOINS TOUTE NUE !

45 %
aimeraient se faire
refaire le ventre

C'est lui, notre pire ennemi ! Le ventre figure en tête des parties du corps les moins aimées. Il arrive loin devant les seins, que seules 13% des femmes rêvent de refaire. Et écrase aussi les fesses que nous sommes tout juste 7% à souhaiter transformer. Pas étonnant, donc, que le ventre plat des voisines de transat soit, à 55%, ce que les sondées envient en priorité. (Contre 19% la teinte de leur bronzage et 9% leur jolie poitrine). Pourquoi faisons-nous une telle fixette sur notre ceinture abdominale ? Parce que si nous ne pouvons absolument rien faire pour modifier la taille ou la forme de nos seins, on se sent responsable de celles de notre ventre. Il suffit de mieux manger ou de faire des abdos pour que l'allure s'améliore ! « Derrière cette obsession se cache le désir de contrôle permanent de notre société, décrypte le Dr Gérard Apfeldorfer. Le ventre a une valeur symbolique très forte chez les femmes,



car il représente l'image de la maternité, mais révèle aussi la capacité qu'a chacune de maîtriser son corps ». Lorgner le bide de notre voisine de plage nous permet de savoir si elle se laisse aller ou si elle réussit à se dominer. C'est moins son ventre plat qu'on lui envie, que le pouvoir qu'elle exerce sur sa vie !

69 %
 changeraient quelque chose à leur physique, si elles le pouvaient.
 Le bistouri ne nous fait pas peur. C'est bien connu, il faut souffrir pour être belle. Ainsi, deux femmes sur trois aime-

raient modifier leur corps. Un chiffre qui atteint même 80% chez les moins de 35 ans ! Comment expliquer que les jeunes femmes rêvent de passer sur la table d'opération alors qu'elles se sentent justement plutôt bien dans leur peau ? François Kraus, de l'Ifop, y voit la preuve que la chirurgie esthétique se démocratise. « Puisqu'elle coûte moins chère et qu'elle n'est plus décriée comme du temps de leurs mères, les filles de toutes les catégories sociales sont prêtes à s'offrir une intervention ». Un peu comme elles se paient un tatouage ou un piercing.

30 %
 des sondées redoutent l'épreuve du maillot !

Des spots aveuglants qui font un teint blafard, des miroirs sans pitié, qu'on jurerait déformants... Bienvenue dans l'enfer de la cabine d'essayage ! Enfiler une robe moulante devant la glace, rien de plus terrible pour la majorité des femmes (34%). Mais l'épreuve du maillot tourne elle aussi au supplice. Jambes blanches, ventre mou ou kilos en trop... il ne pardonne rien. Et reste le pire cauchemar pour 30% d'entre nous ! Loin devant le jean slim (22%) et le décolleté plongeant (14%).

A LA PLAGE, DRESS-CODÉ CAMOUFLAGE

39 %

des femmes se sentent à l'aise en maillot de bain

Ce qui signifie qu'une grande majorité d'entre nous (61 %) ne l'est pas ! Les plus jeunes sont mêmes les plus complexées (66% des 25/34 ans). Pas étonnant, donc que nous soyons tout aussi nombreuses à nous déplacer sur le sable, en rentrant le ventre et en serrant les fesses, si possible en même temps ! 83% de la gent féminine refuse même de faire le moindre pas sans un vêtement pour se couvrir. A la grande satisfaction des fabricants qui en profitent pour étendre leurs gammes. Chez Etam, les ventes de tuniques, de shorts et de robes de plage explosent. « Ces habits ont détrôné le paréo, car s'ils servent de rempart contre les regards. Ils constituent surtout un véritable accessoire de mode, qui permet d'habiller le maillot, de cacher subtilement le corps tout en lui donnant un petit côté sexy », indique Karine Tarica, de la marque de lingerie, leader sur le marché avec plus d'1,5 million de maillots vendus par saison dans le monde.

61 %

considèrent le une-pièce comme leur maillot fétiche

Il est même carrément le chouchou des plus de 65 ans, qui sont 90% à le porter à la plage. Le choix du maillot est directement lié à la corpulence et à l'âge. Le bikini reste l'apanage des filles minces et jeunes. 63% des moins de 35 ans l'adoptent contre 20% des plus de 50 ans. « Il existe une vraie rupture liée à la grossesse, les femmes passent au une-pièce quand elles ont eu des enfants, souvent pour cacher leur surpoids ou les cicatrices liées à la césarienne », remarque François Kraus. Même constat chez Etam : « A partir de 50 ans, on a moins envie d'exposer sa peau, car son élasticité et son grain ne sont plus les mêmes qu'à vingt ans. La forte concentration d'élasthane présente dans le une-pièce permet de sculpter le corps, de le sublimer en gommant les défauts causés par les années ».

4 %

des Françaises osent le trikini et 3% le monokini ou le string...

Les Anglo-saxonnes s'arrachent les trikini, ce maillot deux-pièces relié par une bande au niveau du ventre. Cette tenue ne connaît pas encore de succès dans l'Hexagone. D'autant qu'elle exige un corps aux formes parfaites ou quasiment. « Seule une poignée de plagistes le porte, on le retrouve sur les fesses des shoppeuses averties et sans complexes », résumement les spécialistes.

LES POILS QUI DEPASSENT, LE DETAIL QUI TUE

58 %

estiment que le comble du laisser-aller, c'est de ne pas être épilée

Sable et poil ne font pas bon ménage. Une aisselle pas rasée ou une jambe mal épilée : c'est LA faute impardonnable pour la majorité d'entre nous. C'est d'ailleurs une spécificité bien française. La pilosité est culturellement mieux acceptée dans les pays nordiques et en Grande-Bretagne. Pour le reste, nous ne sommes guère plus tolérantes avec le bourrelet au-dessus de la culotte (57% le condamnent) ou devant un sein qui déborde du soutien gorge. 43% le fusillent du regard, alors que seules 37% se retournent sur la cellulite qui dépasse du maillot. Grande bienveillance en revanche pour les peaux blanches. Seuls 4% les scrupulent avec dédain...

SEINS NUS, UNE TENDANCE QUI NE PASSE PLUS

64 %

des femmes sont choquées de voir leurs aînées faire du topless

Cachez ce sein, que je ne saurais voir ! Les moins de 35 ans sont mal à l'aise devant une adolescente seins nus (54%), et



TOMBER NEZ A NEZ AVEC SON PATRON, LA MEGA TUILE

63 %
voient dans la ren-
contre fortuite
avec leur patron le
cauchemar absolu!

L'idée de tomber sur un voisin, à la plage, n'ennuie que 24% des femmes. Et seules 7% d'entre nous seraient gênées de croiser un ex à la mer (sans doute parce qu'il nous a déjà vue toute nue...). Mais se retrouver nez-à-nez avec un collègue de bureau, ou pire avec notre patron, nous traumatise toutes sans exception. Pourquoi ? Pour Jean-Louis Muller, coach dans le groupe Cegos, la réponse est simple. « L'entreprise est un monde archaïque et codifié, très en retard sur l'évolution sociale, qui juge les individus sur leur apparence et les évalue en fonction de leurs résultats. Du coup, les salariés se montrent frileux, ils ont peur de se mettre à nu au sens propre. Ils taisent leurs soucis personnels, cachent leur stress ou leur tristesse et évitent de se baigner à la piscine de l'hôtel lors des séminaires, sauf à la nuit tombée, quand il n'y a plus personne », explique-t-il. Se présenter en une-pièce devant un collègue revient à se mettre en danger en lui donnant la possibilité d'interpréter quelques kilos en trop comme le signe d'un laisser-aller personnel et professionnel. « Les Françaises ont peur de rencontrer leur boss à la plage, car en ôtant leur habit de travail, elles ont la sensation de perdre leur place et leur rôle dans l'entreprise, précise Jean-Louis Muller. Mais cela ne gêne ni les Américaines, ni les Finlandaises. Aux Etats-Unis et dans le nord de l'Europe, les gens ne sont pas attachés affectivement à l'entreprise. Ils ne s'encombrent pas des signes distinctifs de pouvoir comme le costume-cravate ou le vouvoiement. Les rapports entre un salarié et son supérieur hiérarchique sont, le plus souvent, basés sur le contrat et l'argent ».

**Sondage Ifop pour femme actuelle réalisé du 24 au 27 mai 2013, sur un échantillon de 1005 femmes.*

les plus de 50 ans, face à poitrine de femmes d'âge mur (73%). En fait, chacune épie son double. « Les Françaises se montrent plus exigeantes et critiques envers les femmes de leur propre génération, car elles s'identifient à elles », explique François Kraus. Ce qui les met toutes mal à l'aise, c'est de s'imaginer elles-mêmes seins nus. Mais cet effet miroir

n'explique pas à lui seul un tel rejet. Si le topless dérange les jolies filles, c'est aussi parce que résonnent dans leur tête les mises en garde alarmistes des médecins qui dénoncent le bronzage excessif. « Cela explique principalement le fait que le topless, très en vogue dans les années 80, ne l'est plus aujourd'hui », conclut François Kraus.